

プール時間帯別コース表 2026年6月～

月

火

水

木

土

日

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
11:00	初級 10:30～11:30					水中 ウォーキング 10:40～11:10
12:00	初心者 11:40～12:40					
13:00	ゆっく	祝日はお休み 開催日はフロントまで				水中 ウォーキング 13:30～13:40
14:00	短期 スイミング 13:55～14:50	中級 14:00～15:00				アクア 13:10～13:40
15:00	ゆっく	はや		ゆっく	ある およ	
16:00	ジュニアスクール 15:45～16:45 ※15:30～					
17:00	ジュニアスクール 16:45～17:45 ※16:30～					
18:00	ジュニアスクール 17:45～18:45 ※～18:55					
19:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
20:00	初級 19:30～20:30					
21:00	ゆっく					
22:00						
23:00	道路側				線路側	

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
11:00						水中 ウォーキング 10:40～11:10
12:00	親子・乳幼児 11:30～12:20 ※11:15～12:30					アクア 11:10～11:40
13:00	ゆっく	はや				
14:00						アクア 14:50～15:20
15:00				ゆっく	ある およ	
16:00	ジュニアスクール 15:45～16:45 ※15:30～					
17:00	ジュニアスクール 16:45～17:45 ※16:30～					
18:00	ジュニアスクール 17:45～18:45 ※～18:55					
19:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
20:00						
21:00						
22:00						
23:00	道路側				線路側	

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
11:00		初級 10:30～11:30				水中 ウォーキング 10:40～11:10
12:00		乳幼児 11:30～12:20 ※11:15～12:30	はや			アクア 11:10～11:40
13:00	ゆっく					スイムキッズ 11:55～12:25
14:00	ゆっく					
15:00				ゆっく	ある およ	
16:00	ジュニアスクール 15:45～16:45 ※15:30～					
17:00	ジュニアスクール 16:45～17:45 ※16:30～					
18:00	ジュニアスクール 17:45～18:45 ※～18:55					
19:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
20:00						
21:00				上級 20:00～21:00		
22:00						
23:00	道路側				線路側	

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
11:00		初級 10:30～11:30				水中 ウォーキング 10:40～11:10
12:00	親子・乳幼児 11:30～12:20 ※11:15～12:30					アクア 11:20～11:50
13:00						
14:00	ゆっく	はや				アクア 14:00～14:30
15:00				ゆっく	ある およ	スイムキッズ 15:15～15:45
16:00	ジュニアスクール 15:45～16:45 ※15:30～					
17:00	ジュニアスクール 16:45～17:45 ※16:30～					
18:00	ジュニアスクール 17:45～18:45 ※～18:55					
19:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	
20:00						
21:00						
22:00						
23:00	道路側				線路側	

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ジュニアスクール 9:30～10:30 ※～10:45				ゆっく	
11:00	ジュニアスクール 10:30～11:30				はや	アクア 10:35～11:20
12:00	親子ベビー 12:00～12:50 ※～13:05				上級 11:40～12:40 ※11:35～	
13:00					はや	
14:00	乳幼児 13:20～14:20				はや	
15:00	ジュニアスクール 14:45～15:45 ※14:30～					
16:00	ジュニアスクール 15:45～16:45 ※15:30～					
17:00	ジュニアスクール 16:45～17:45 ※16:30～					
18:00	ジュニアスクール 17:45～18:45 ※～18:55					
19:00	ゆっく	はや	はや	ゆっく	ある	アクア 19:10～19:40
20:00						
21:00						
21:30	道路側				線路側	
22:00						
23:00						

道路側	1F				線路側	2F
	1	2	3	4	5	15m
10:00	ジュニアスクール 9:30～10:30 ※～10:45				ゆっく	
11:00	ジュニアスクール 10:30～11:30 ※～11:45				ゆっく	ある およ
12:00	親子ベビー 12:00～12:50 ※～13:05				はや	ある
13:00						
14:00	ジュニアスクール 13:30～14:45 ※13:15～				はや	
15:00	ゆっく	はや				
16:00						
17:00						
18:00						
18:30	道路側				線路側	
19:00						
20:00						
21:00						
21:30						
22:00						
23:00						

無料レッスン
有料レッスン
不定期開催
※青字＝利用制限時間

2025年12月よりプールコース変更がある場合に限り、更新いたします。

*ジュニアスイミングのお休みや、追加使用コースがある場合は別途お知らせいたします。

- 大人スイミングは開始5分前、ジュニアスクールは15分前からコース変更します。
- 大人スイミングは参加人数により2コース使用します。
初心者/初級→12人以上 / 中級→10人以上 / 上級→6人以上
※開始10分を過ぎての変更はありません。
- レッスンや時間や使用コース数は変更する場合もございます。
- その他特別レッスン（短期教室等）が入ることもございます。