

プール時間帯別コース表

2026.09.01～

	月(MON)						火(TUE)						木(THU)						金(FRI)						土(SAT)						日(SUN)							
	1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5		1	2	3	4	5			
9:00	ゆっくり	ゆっくり	はやく	初心者	あるく		ゆっくり	ゆっくり	はやく	初心者	あるく	9:00	ゆっくり	ゆっくり	はやく	初心者	あるく		ゆっくり	ゆっくり	はやく	初心者	あるく	9:00	ジュニアスイミング 8:00～9:00 9:00～10:00					ジュニアスイミング 9:00～10:00		初心者	あるく	9:00				
9:15												9:15												9:15														9:15
9:30												9:30												9:30														9:30
9:45												9:45												9:45														9:45
10:00												10:00	アクア 9:45～10:30						アクア 10:00～10:45					10:00	ジュニアスイミング 10:00～11:00					初心者	あるく	10:00						
10:15																							10:15												10:15			
10:30																							10:30												10:30			
10:45																							10:45												10:45			
11:00	水中ウォーキング 10:30～11:00											11:00												11:00												11:00		
11:15																								11:15							11:15							
11:30																								11:30							11:30							
11:45																								11:45							11:45							
12:00												12:00	水中ウォーキング 11:45～12:15											12:00							12:00							
12:15																								12:15							12:15							
12:30																								12:30							12:30							
12:45																								12:45							12:45							
13:00												13:00												13:00							13:00							
13:15																								13:15							13:15							
13:30																								13:30							13:30							
13:45																								13:45							13:45							
14:00												14:00												14:00	ジュニアスイミング 13:30～14:30						14:00							
14:15																								14:15	ジュニアスイミング 14:30～15:30								14:15					
14:30																								14:30												14:30		
14:45																								14:45												14:45		
15:00												15:00												15:00						ジュニアスイミング 14:30～15:30								15:00
15:15																								15:15												15:15		
15:30																								15:30												15:30		
15:45																								15:45												15:45		
16:00												16:00	ジュニアスイミング 15:45～16:45											16:00							16:00							
16:15																								16:15	ジュニアスイミング 16:45～17:45								16:15					
16:30																								16:30												16:30		
16:45																								16:45												16:45		
17:00												17:00	ジュニアスイミング 16:45～17:45											17:00												17:00		
17:15																								17:15	ジュニアスイミング 17:45～18:45								17:15					
17:30																								17:30												17:30		
17:45																								17:45												17:45		
18:00												18:00	ジュニアスイミング 17:45～18:45											18:00												18:00		
18:15																								18:15	ジュニアスイミング 17:45～18:45								18:15					
18:30																								18:30												18:30		
18:45																								18:45												18:45		
19:00												19:00												19:00						ジュニアスイミング 17:45～18:45								19:00
19:15																								19:15												19:15		
19:30																								19:30												19:30		
19:45																								19:45												19:45		
20:00												20:00												20:00	ジュニアスイミング 15:30～16:30								20:00					
20:15																								20:15												20:15		
20:30																								20:30												20:30		
20:45																								20:45												20:45		
21:00												21:00												21:00	ジュニアスイミング 15:30～16:30								21:00					
21:15																								21:15												21:15		
21:30																								21:30												21:30		
21:45																								21:45												21:45		
22:00												22:00												22:00	ジュニアスイミング 15:30～16:30								22:00					
22:15																								22:15												22:15		
22:30												22:30												22:30							22:30							

※閉館時刻の30分前までご利用いただけます。

※ジュニアアクアパーソナル実施の際は、泳力に応じて第5レーンのみ「半コース」フロア台を入れるため専有いたします。ジュニアスイミングレッスン時間外にパーソナルを行う場合もございます。あらかじめご了承ください。