

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
3Fプール	2Fスイミングプール	3Fプール	2Fスイミングプール	3F	2Fスイミングプール	3F	2Fスイミングプール	3F	2Fスイミングプール	3F	2Fスイミングプール	3F	2Fスイミングプール
10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 岡	10:30~11:30 5コース		10:30~11:30 2Fスイミング 婦人クラス <チケット制>	10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 宮下	10:30~12:30 0コース		10:30~11:30 5コース	10:30~10:50 水中ウォーキング &ストレッチ 坂本	10:30~11:30 2Fスイミング 婦人クラス <チケット制>	10:30~12:30 0コース			10:30~12:30
	11:30~12:00 5~9コース						11:30~12:15 水泳有料L 宮下 <チケット制>			11:30~12:00 ウォーター エアロ30 岡本			3~6コース
		12:30~13:15 ウォーター エアロ45 近藤		12:00~13:00 4・5コース	12:30~13:00 2~9コース		12:40~13:10 はじめてクロー 宮下		12:30~13:15 ウォーター エアロ45 鎌川			12:00~13:45 4・5コース	12:30~13:00 0~7コース 担当者変更
13:00~13:40 ウォーター エクササイズ40 Anri	13:00~14:00 0コース			13:30~14:00 0・1コース 新設				13:00~14:00 0コース				13:00~13:30 ウォーター エクササイズ 岡	13:00~14:30 2~7コース
	14:00~14:30 0~4コース		14:00~15:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	14:00~14:45 0コース	14:00~14:45 ウォーター エアロ45 榎本		14:00~14:30 0~3コース		14:00~15:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	14:00~14:45 4コース			14:30~17:30
	14:30~15:00 4・5コース						14:30~15:00 4・5コース						
	15:00~15:45 3・4コース	15:00~15:30 らくらく 久永 <登録制・有料>		15:00~15:45 3・4コース		15:00~15:45 生活習慣病 予防改善クラス <登録制・有料>	15:00~15:45 4コース			15:00~15:45 3・4コース			6~9コース
													17:30~18:00 全コース
	18:00~21:00									18:00~21:00		18:00~21:00	
		新設	19:00~20:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	19:00~21:00 0コース				19:00~20:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>			19:00~20:00 2Fスイミング 一般クラス <チケット制>	0コース	
	0コース	19:15~19:45 ウォーター エクササイズ 岡			20:00~20:45 ウォーター エアロ45 鎌川			19:10~19:40 ウォーター エアロ30 大城					
	21:00~22:00 全コース			21:00~22:00 全コース			21:00~22:00 全コース			21:00~22:00 全コース			

●祝日はすべてのスケジュールが変更になります。

※プール利用時間 月～金/2Fは22:00、3Fは22:30まで 土/2Fは21:00、3Fは21:30まで 日・祝/2Fは18:00、3Fは18:30まで

※2Fスイミングプールの利用について スイミングのレッスンやライフティック有料レッスン等でコースを変更する場合がございます。また、スイミング会員の方がご利用される場合もございます。