

タイムスケジュール

	月			火			水			木			金			土
	プール		トレーニングジム	プール		トレーニングジム	プール		トレーニングジム	プール		トレーニングジム	プール		トレーニングジム	プール
11:00	スクール	フリー		スクール	フリー		スクール	フリー		スクール	フリー		スクール	フリー		スクール
11:30	受付 10:45			受付15分			受付10:45			受付10:45			受付15分			
12:00	女性 11:30 ~ 12:30			健康 11:30 ~ 12:30			女性 11:30 ~ 12:30			女性 11:30 ~ 12:30			健康 11:30 ~ 12:30			
13:00	フリーコース	トレーニング室		フリーコース	トレーニング室		フリーコース	トレーニング室		フリーコース	トレーニング室		フリーコース	トレーニング室		受付営業時間外
14:00				受付50分									受付50分			
14:15				3レーン 使用									3レーン 使用			
15:00				女性 14:15 ~ 15:15									女性 14:15 ~ 15:15			
16:00																
17:00																受付 16:45
18:00	フリー 1レーン 利用可能	トレーニングジム		フリー 1レーン 利用可能	トレーニングジム		受付 17:45	フリー 1レーン 利用可能	トレーニングジム	フリー 1レーン 利用可能	トレーニングジム		フリー 1レーン 利用可能	トレーニングジム		大人 17:00 ~ 18:00
19:00	子ども スクール 18:30 ~ 19:45	フリー 3レーン 利用可能		子ども スクール 18:30 ~ 19:45	フリー 3レーン 利用可能		大人 18:30 ~ 19:30	子ども スクール 18:30 ~ 19:45	フリー 2レーン 利用可能	子ども スクール 18:30 ~ 19:45	フリー 3レーン 利用可能		子ども スクール 18:30 ~ 19:45	フリー 3レーン 利用可能		営業終了
20:00																

フリータイム営業時間 月～金12:30～14:30 17:30～20:00

※大人→16才以上の男女 週2回組合せ

※健康→55才以上の男女

※女性→16才以上の女性

月 ・ 木
火 ・ 金
水 ・ 土

その他

○有料レッスン（予約制）

※パーソナルコンディショニング（個人レッスン）

身体のバランス調整・肩こり・腰痛予防

※パーソナルスイム、水中ウォーキング（個人レッスン）

水泳指導（水なれ～4泳法まで）、水中での歩き方

★特別プログラム(レッスン)については館内掲示、ホームページでご確認下さい

※タイムスケジュールが変更されている場合がございますのでご了承ください。