

プール プログラムスケジュール 2024年7月1日～

	火			水			木			金			土			日		
	プール	プール	アクア	プール	プール	アクア	プール	プール	アクア	プール	プール	アクア	プール	プール	アクア	プール	プール	アクア
9:30 45																		
10:00 15	● C (梅川)			● B (梅川)			● S (田口)			● C (田口)			● S (森岡)			● E (森岡)		
11:00 15	● S (梅川)			● C (梅川)		11:00～11:45 アクア45 (浅井)	● B (田口)		11:30～12:30 ● らくらく リズム アクア (新沼)	● A (田口)			● E (森岡)			● S (森岡)		
12:00 15	● スイム& ウォーク (田口)		11:30～12:30 ● 機能改善 エクササイズ (渋谷)	● A (古宮)			● C (毛利)					12:00～13:00 ● スイム& ウォーク (毛利)	● C (森岡)			● C (古宮)		
13:00 15	13:05～13:35 ● スイムレッスン (田口)			● E (長谷川)			13:05～13:35 ● スイムレッスン (毛利)			13:00～14:00 ● E (田口)			● B (鹿島)			● A (鹿島)		
14:00 15																		
15:00 15	15:30～16:00 ● スイムレッスン (毛利)																	
16:00 15	16:05～16:35 ● ワンポイント (毛利)		16:00～18:30 ♪ ワッツ (天野) ※予約者が いる場合 のみ実施 ※スペースの 1/3を使用 します	16:00～16:20 ♪ プライベート (古宮)		16:00～18:30 ♪ ワッツ (天野) ※予約者が いる場合 のみ実施 ※スペースの 1/3を使用 します	16:00～18:30 ♪ ワッツ (天野) ※予約者が いる場合 のみ実施 ※スペースの 1/3を使用 します											
17:00 15																		
18:00 15																		
19:00 15																		
20:00 15	● C (長谷川)			● E・S (鹿島)			● A・B (長谷川)			● E・S (古宮)			● A・B (古宮)			● A・B (古宮)		
21:00 15																		

【注意事項】

- 1 無印 は無料プログラムとなります。(自由参加可能)
- 2 ● は有料スクールとなります。(参加にはスクール会員登録が必要です)
- 3 ♪ は有料・予約プログラムとなります。
※ご予約は、1週間前よりプールフロントにて以下の通り承ります。
10時より(土日祝は9時30分より) 0422-71-3691(プール直通)
- 4 ワッツ は不定期プログラムとなります。開催日は館内掲示をご確認ください。

- 5 25Mプールの3コースおよびショートスイムコースは、常時ご利用頂けます。
- 6 アクアビクスプールがプログラム使用中は、ショートスイムコースで水中ウォーキングができます。
- 7 特別プログラム等により、アクアプールおよび25Mプールを一部使用する場合がございます。詳しくは館内掲示をご覧ください。
- 8 プログラムへの途中参加は、安全上の理由によりご遠慮ください。
- 9 スケジュールは諸事情により変更する場合がございます。