

メインプールご利用時間 と スイミングプログラム (2024年10月～)

	日	月	火	水	木	金	土
10:00	指定 水中アクアビ クス60 10:00～11:00	指定 10:10 ～ 12:00	指定 10:10～ 10:30	指定 10:10 ～ 12:00	指定 10:10 ～ 12:15	指定 10:10 ～ 14:00	
11:00	10:00～11:00		12:00～				
12:00		全コース 12:00～13:00	指定 12:30 水中ミッド ウォーク40 11:50～12:30	全コース 12:00～13:00			指定 11:00 ～ 14:30
13:00			全コース 12:30～14:30		全コース 12:15～14:30	水中ウォーキ ング60 13:00～14:00	
14:00		指定 13:00～ 14:30		指定 13:00～ 14:30		全コース 14:00～14:30	
15:00	指定 14:30 ～ 17:00						
16:00							
18:00	日曜 18時 退館						
19:00		ご利用終了時間は退館時間の30分前までになります。 月～金曜 21:30 土曜 21:00 日曜 17:30 まで (退館時間 月～金曜：22時、土曜：21時30分、日曜：18時)					指定 18:50 ～ 21:00
20:00							
21:00		指定 20:20～ 21:30	指定 20:20～ 21:30	指定 20:20～ 21:30 マスター インターバル 20:20～21:30	指定 20:20～ 21:30	指定 20:20～ 21:30 水中アクアビ クス40 20:30～21:10	土曜 21時30分退館
22:00				平日 22時 退館			

- 『網掛け』の時間帯はメインプールのご利用ができます。
 - 『指定』はコース指定となっております。譲り合ってください。
 - 各プログラム（水中アクアビクス・水中ウォーキング・水中ミッドウォーキング・マスターインターバル）への参加は〔無料〕です。
 - 大人のスイミングスクール（婦人・成人クラス）への参加は〔スイミングチケットを購入〕して下さい。
- ※プールをご利用の際は、事前にシャワーを浴び、必ず帽子を着用してください。