



月	火	水	木	金	土	祝
10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	10:00 OPEN	12:00 OPEN
11:00~11:30 超音波流水 柳沢 ①②コース	10:30~11:00 はじめてスイム 大日方 ③コース	11:30~12:00 足ひれスイム 若林(ひ) ①②③コース	10:30~11:00 クロール初級 大日方 ④コース			
12:40~12:50 ストレッチ トレーニングルーム 大澤	11:00~12:00 【スイミングスクール】 ベビーコース ⑤⑥コース	12:05~12:35 はじめて足ひれ 若林(ひ) ①②コース	11:00~11:30 超音波流水 柳沢 ①②コース		11:00~12:00 【スイミングスクール】 ベビーコース ⑤⑥コース	フリースイム &フリーウォーク
12:50~13:10 超音波流水 柳沢 ①②コース		12:50~13:10 ビーチバレー 酒井 ①②コース	12:45~13:30 マスターズ 初級~上級 酒井 ②③コース	12:45~12:55 ストレッチ トレーニングルーム 大澤		16:45 CLOSE
13:10~13:30 水中健康運動 大日方①②コース		13:15~13:45 なんでもスイム 初級 脂肪バイバイ 酒井 ③ 滝澤 ①②	13:30~14:00 バタフライ 初中級 竹中 ①②コース	13:00~13:30 なんでもスイム中級 大澤 ④	13:00~13:30 アクアバル 丸山 ①②	
13:30~14:00 脂肪バイバイ 大澤 ①②	13:30~14:00 はじめて足ヒレ 和田 ①②コース	13:50~14:20 超音波流水&ビーチバレー 柳沢 ①②コース	14:00~14:30 水中ストレッチ 竹中 ⑥コース	13:35~14:05 初級 足ひれスイム 大澤④	13:35~14:05 リズム水泳 初級 和田①②	13:15~13:45 超音波流水 柳沢 ①②コース
13:30~14:00 4泳法習得 初級(月替わり) 大日方 ⑤	14:05~14:50 アーティストックススイミング 和田 ①②コース			14:05~14:35 リズム水泳 中級 和田①②		
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px;"> <p align="center"><b>☆フリースイム・フリーウォーク利用可能コース☆</b></p> <p>月・火・水・木・金 18:15~19:15 1コース利用可能 19:15~ 2コース利用可能</p> <p>土 17:00~18:00 1コース利用可能 18:00~ 2コース利用可能</p> </div>						
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; margin: 10px;"> <p align="center">平日 月~金 16:15~18:15 土曜日 15:00~17:00</p> <p align="center">スイミングスクール時間帯の為、プールはご利用になれません。</p> </div>						
19:30~20:00 水中ウォーク&ビーチバレー 滝澤 ①②コース	20:05~20:30 超音波流水 小林 ①コース	20:10~20:40 はじめてクロール&背泳ぎ 小林 ①②コース	20:05~20:30 超音波流水 小林 ①コース	19:30~20:00 脂肪バイバイ 若林(ひ) ①②コース	20:10~20:55 マスターズ 酒井 ④コース	
20:05~20:35 初級4泳法習得 滝澤 ①②③コース				20:10~20:40 はじめて足ひれ 若林(ひ) ①②		
21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	19:45 CLOSE	

**営業時間**

月~金曜日  
10:00~22:00

土曜日  
10:00~20:00

祝日  
12:00~17:00

※最終チェックイン閉館  
1時間前

休館日/日曜日