

ユアースポーツクラブ南流山 プールご利用コース・アクアレッスンスケジュール

2019年4月～

| | 火曜日 | | | | | | 水曜日 | | | | | | 木曜日 | | | | | | 金曜日 | | | | | | 土曜日 | | | | | | 日曜日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|---|---|---|---|---|--|--|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|--|--------------|--|--|--|--|--|-------|
| コース | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | コース | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 9:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | スクール ※5・6コース半面は歩行優先コースとしてご利用頂けます。 | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール ※5・6コース半面は歩行優先コースとしてご利用頂けます。 | | | | | | スクール 11:20~11:50 OP | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | 11:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | ファミリー | | | | | | 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 14:00 | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 15:00 | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | スクール | | | | | | 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは15:30~18:15の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは15:30~18:15の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは15:30~18:15の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは15:30~18:15の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは15:30~18:15の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは14:00~18:30の間、ご利用頂けません。 | | | | | | ※プールサイドのサウナ・ジャグジー・クールサウナは14:00~18:30の間、ご利用頂けません。 | | | | | | 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 19:00 | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | エアロビクス系 | | | | | | 20:00 | | | | | | |
| 21:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 筋力トレーニング系 | | | | | | 21:00 |
| 22:00 | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | 50mスイム専用コース | | | | | | リラクゼーション・調整系 | | | | | | 22:00 |

歩行優先コース

25mスイム専用コース

50mスイム専用コース

OP ワンポイントレッスン

※ご利用コースは変更となる場合がございます。