

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10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]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						9:00																								
10:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						10:00																		
11:00	[50mスイム専用] 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。						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] 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。						[50mスイム専用] スクール 11:20~11:50 OP						[50mスイム専用] スクール 10:15~10:45 アクアピクス 菅野						11:00																								
12:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						12:00																		
13:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						13:00												
14:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						14:00												
15:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						15:00												
16:00	[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						[50mスイム専用] スクール						16:00												
17:00	[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] ※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。						[50mスイム専用] OP 17:00~17:30						17:00																		
18:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						18:00												
19:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						19:00						
20:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						20:00
21:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						21:00
22:00	[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						[50mスイム専用]						22:00

[Yellow Box] ...歩行優先コース

[Dotted Box] ...25mスイム専用コース

[Blue Box] ...50mスイム専用コース

[OP Box] 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。

- [Yellow Box] エアロピクス系
- [Orange Box] 筋力トレーニング系
- [Light Blue Box] リラクゼーション・調整系