

コース	月曜日									火曜日									水曜日									木曜日									金	土曜日									日曜日																
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9		1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8
9:00	立止可									立止可									立止可									立止可									立止可									立止可																	
10:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
11:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
12:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
13:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
14:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
15:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
16:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
17:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
18:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
19:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
20:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
21:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
22:00	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								
22:30	↑									↑									↑									↑									↑									↑									↑								

...スイミングスクール ...成人スイミングスクール

休館日

- 1週目 アクアヌードル
- 2週目 アクアFit
- 3週目 AQUA ZUMBA®
- 4週目 アクアブートキャンプ
- 5週目 アクアピクス

アクアピクス系
リラクゼーション・調整系
筋力トレーニング系

【定員について】
 現在、コロナ対策として時間、定員に制限を設けています。
 レッスンは全て予約制です
 プールサイドにて予約ゴムを配布します。

※レッスン開始後5分以降のご入場はお断り致します。
 ※アクアレッスンは基本3~4コース使用致します。尚、人数によってコース数に変更がございます。
 ※レッスン開始後の途中入場はご遠慮下さい。