

# スパ&スポーツ ユア-南流山 プールスケジュール

2024年10月1日～

	月曜日						火曜日						水	木曜日						金曜日						土曜日						日曜日																			
コース	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	コース													
9:00														9:15-9:45 ウォーキング&ストレッチ 立石																								9:00													
10:00							Lコース 10:00-11:00							Lコース 10:00-11:00						Lコース 10:00-11:00						LMNKコース 10:00-11:00							10:15-10:45 アクアピクス 菅野						10:00												
11:00														Mコース 11:00-12:00						親子コース 11:00-12:00	Mコース 11:00-12:00					親子コース 11:00-12:00													11:00												
12:00														12:15~12:45 やさしいアクア 三笠						12:15~12:45 アクアピクス 植村						12:15~12:45 アクアピクス 眞尾																			12:00						
13:00														12:30~13:00 アクアピクス 大進																	12:50~13:20 アクアピクス 土屋							13:25~13:40 アクアヌードル													13:00
14:00														13:10~13:40 ウォーキング&ストレッチ 大進											14:10~14:40 アクアピクス 稲葉																									14:00	
15:00																																																15:00			
16:00																																																16:00			
17:00																																																17:00			
18:00																																																18:00			
19:00																																																19:00			
20:00																																																20:00			
21:00														20:05~20:35 エンジョイウォーキング 三笠						20:05~20:35 パワーダンス 橋本																														21:00	
22:00														20:40~21:10 お歳引き締め 三笠																																			22:00		
23:00																																																23:00			

休館日

キッズスクール
アクアレッション
プールファミリー
25mまたは50m専用コース
歩行者コース

※現在6コースにて営業しております。状況により7コースに変更する場合がございます。  
 ※成人スクールやアクアレッションのコース数は、参加者の人数によって変更となる場合がございます。  
 ※キッズスクールで全コースを使用する時間帯は、成人の方のプール利用は出来ません。  
 ※アクアレッションのご予約は、レッスン開始30分前よりプールサイドにてカラーゴムを配布します。

# スパ&スポーツ ユア-南流山 プールスケジュール

2025年4月1日～

	月曜日						火曜日						水	木曜日						金曜日						土曜日						日曜日										
コース	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	6	5	4	3	2	1	コース				
9:00														9:15-9:45 ウォーキング&ストレッチ 立石																								9:00				
10:00							Lコース 10:00-11:00							Lコース 10:00-11:00						Lコース 10:00-11:00						LMNKコース 10:00-11:00							10:15-10:45 アクアピクス 菅野						10:00			
11:00	親子コース 11:00-12:00						Mコース 11:00-12:00							Mコース 11:00-12:00						親子コース 11:00-12:00	Mコース 11:00-12:00					親子コース 11:00-12:00												11:00				
12:00							12:15~12:45 やさしいアクア 三笠							12:15~12:45 アクアピクス 植村						12:15~12:45 アクアピクス 眞尾												12:50~13:20 アクアピクス 土屋	13:25~13:40 アクアヌードル						12:00			
13:00	12:30~13:00 アクアピクス 大連																																								13:00	
14:00	13:10~13:40 ウォーキング&ストレッチ 大連																		14:10~14:40 アクアピクス 稲葉																							14:00
15:00																																									15:00	
16:00																																									16:00	
17:00																														キッズCコース 14:15-15:15											17:00	
18:00																														キッズCコース 15:25-16:25						16:30~17:00 アクアピクス 中村						18:00
19:00																														キッズD・EDコース 16:20-17:20	キッズD・EDコース 16:30-17:30										19:00	
20:00																														キッズD・EDコース 17:25-18:25	キッズD・EDコース 17:30-18:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30							20:00		
21:00																														キッズD・EDコース 17:25-18:25	キッズD・EDコース 17:30-18:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30							21:00		
22:00																														キッズD・EDコース 17:25-18:25	キッズD・EDコース 17:30-18:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30							22:00		
23:00																														キッズD・EDコース 17:25-18:25	キッズD・EDコース 17:30-18:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30							23:00		

休館日

キッズスクール
アクアレッション
プールファミリー
25mまたは50m専用コース
歩行者コース

※現在6コースにて営業しております。状況により7コースに変更する場合がございます。  
 ※成人スクールやアクアレッションのコース数は、参加者の人数によって変更となる場合がございます。  
 ※キッズスクールで全コースを使用する時間帯は、成人の方のプール利用は出来ません。  
 ※アクアレッションのご予約は、レッスン開始30分前よりプールサイドにてカラーゴムを配布します。