

スパ&スポーツ ユア-南流山 プールスケジュール

2026年4月1日～

コース	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	6	5	4	3	2	1	
9:00														9:15-9:45 ウォーキング&ストレッチ 立石																														
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							
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																			
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																				
13:00														12:30~13:00 アクアピクス 大場									12:50~13:20 アクアピクス 土屋												13:25~13:40 アクアヌードル									
14:00														13:10~13:40 ウォーキング&ストレッチ 大場									14:10~14:40 アクアピクス 稲葉																					
15:00																										キッズCコース 14:15-15:15																		
16:00														キッズBコース 15:15-16:15				キッズA・Bコース 15:15-16:15				キッズA・Bコース 15:15-16:15				キッズCコース 15:25-16:25																		
17:00																								キッズCコース 16:20-17:20					キッズD・EDコース 16:30-17:30	キッズD・EDコース 16:30-17:30					16:30~17:00 アクアピクス 中村									
18:00																								キッズD・EDコース 17:25-18:25				キッズF・EFコース 17:30-18:45																
19:00																								キッズ選手コース F・EFコース 18:30-19:45										利用時間 19:30										
20:00																																												
21:00																																												
22:00																																												
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。