

ユアース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

2021年2月～

	月曜日						火曜日						水	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	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	10:00					スクール	10:00					スクール	10:00					スクール	10:00					スクール	10:00					スクール	10:00					10:00		
11:00							※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。						※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。						11:00						10:15~10:45 アクアピクス 菅野											11:00		
12:00	12:00						12:00						12:00						12:00						12:00						12:00					12:00		
12:00	12:15~12:45 アクアピクス 大場						12:15~12:45 やさしいアクア 三笠							12:15~12:45 アクアピクス 橋村							12:15~12:45 アクアピクス 真尾						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	12:55~13:25 ウォーキング&ストレッチ 大場																																13:00					
14:00																																	14:00					
14:00																					14:10~14:40 やさしいアクア 稲葉										14:00							
15:00	14:45						14:45							14:45																			15:00					
16:00	15:30					スクール	15:30					スクール	15:30					スクール	15:30					スクール	15:30					スクール	15:30					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	18:15						18:15						18:15						18:15						18:15						18:15					18:15		
19:00	19:30						19:30							19:30							19:30						19:00						19:00					
20:00	19:45						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 橋場							20:45						20:30						20:00					
21:00	20:45						20:40~21:10 お腹引き締め 三笠																										21:00					
22:00	利用時間 22:45					利用時間 22:45	利用時間 22:45					利用時間 22:45	利用時間 22:45					利用時間 22:45	利用時間 22:45					利用時間 22:45	利用時間 22:45					利用時間 22:45	利用時間 22:45					22:00		
現在、コロナ対策として時間、定員に制限を設けております。																																						

休館日

---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もございます。

現在、コロナ対策として時間、定員に制限を設けております。