

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

2020年10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	コース
9:00	スクール						スクール						9:00
10:00													10:00
11:00	スクール						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。						11:00
12:00													12:00
12:15	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
12:55													12:55
13:00	ウォーキング&ストレッチ 大場						12:50～13:20 アクアピクス 土屋						13:00
14:00													14:00
14:45	スクール						14:10～14:40 やさしいアクア 稲葉						14:45
15:00													15:00
16:00	スクール						スクール						16:00
17:00													17:00
18:00	※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。						18:00
19:00													19:00
19:30	スクール						19:30～20:00 OP						19:30
20:00													20:00
21:00	20:05～20:35 エンジョイウォーキング 三笠						20:40～21:10 お腹引き締め 三笠						21:00
22:00													22:00

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。

【定員について】
通常定員の半数にし
ております。

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。