




2019年3月26日(火)~3月31日(日) プールご利用コース

コース	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)	コース
9:00	9:15 短期水泳教室	9:15 短期水泳教室	9:15 短期水泳教室				9:00
10:00						担当変更 10:15~10:45 アクアピクス 小池	10:00
11:00							11:00
12:00	12:00	12:00	12:00				12:00
12:15	12:15~12:45 やさしいアクア 三笠	12:30~13:00 アクアミット 植村	12:15~12:45 アクアピクス 植村	12:15~12:45 アクアピクス 眞尾	担当変更		12:15
13:00					12:50~13:20 アクアピクス 大場		13:00
13:45	13:45 短期水泳教室	13:45 短期水泳教室	13:45 短期水泳教室		13:25~13:40 アクアヌードル	ファミリー	13:45
14:00	15:15	15:15	15:15	14:10~14:40 やさしいアクア 稲葉	14:00		14:00
15:00							15:00
15:30							15:30
16:00	※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。		16:00
17:00							17:00
18:00	18:15	18:15	18:15	18:15			18:00
19:00					18:30		19:00
20:00	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 橋場			利用時間 18:45 19:00閉館	20:00
20:40	20:40~20:55 お腹引き締め						21:00
21:00							21:00
22:00					利用時間 21:45 22:00閉館		22:00
23:00	利用時間 22:45 23:00閉館	利用時間 22:45 23:00閉館	利用時間 22:45 23:00閉館	利用時間 22:45 23:00閉館			23:00

-  ...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

クローズのお知らせ

3月27日(水)
14:10~14:40
ウォーキング & ストレッチ
担当: 小池

※「短期水泳教室」のコースは専用コースになりますので、ご利用出来ません。