スパ&スポーツ　ユアー南流山　プールスケジュール

２０２２年7月3日～

月曜日

- 親子コース 11:00-12:00
- 12:30~13:00 アクアビクス 大場
- 13:10~13:40 ウォーキング&ストレッチ 大場
- キッズBコース 15:15-16:15
- キッズCコース 16:20-17:20
- キッズD・EDコース 17:25-18:25
- キッズ F・EFコース 18:30-19:45
- キッズ選手コース 18:30-19:45

利用時間　22:30

火曜日

- Lコース 10:00-11:00
- Mコース 11:00-12:00
- 12:15~12:45 やさしいアクア 三笠
- キッズA・Bコース 15:15-16:15
- キッズCコース 16:20-17:20
- キッズD・EDコース 17:25-18:25
- キッズ F・EFコース 18:30-19:45
- キッズ選手コース 18:30-19:45
- 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

利用時間　22:30

水

休館日

木曜日

- 9:15-9:45 ウォーキング&ストレッチ 立石
- Lコース 10:00-11:00
- Mコース 11:00-12:00
- 12:15~12:45 アクアビクス 植村
- キッズA・Bコース 15:15-16:15
- キッズCコース 16:20-17:20
- キッズD・EDコース 17:25-18:25
- キッズ F・EFコース 18:30-19:45
- キッズ選手コース 18:30-19:45
- 20:05~20:35 パワーダンス 橋場

利用時間　22:30

金曜日

- Lコース 10:00-11:00
- 親子コース 11:00-12:00
- Mコース 11:00-12:00
- 12:15~12:45 アクアビクス 眞尾
- 14:10~14:40 やさしいアクア 稲葉
- キッズA・Bコース 15:15-16:15
- キッズCコース 16:20-17:20
- キッズD・EDコース 17:25-18:25
- キッズ F・EFコース 18:30-19:45
- キッズ選手コース 18:30-19:45
- NKコース 19:45-20:45

利用時間　22:30

土曜日

- LMNKコース 10:00-11:00
- 親子コース 11:00-12:00
- 12:50~13:20 アクアビクス 土屋
- 13:25~13:40 アクアヌードル
- キッズCコース 14:15-15:15
- キッズCコース 15:25-16:25
- ツーアップ 16:30-17:30
- キッズD・EDコース 16:30-17:30
- ツーアップ 17:30-18:30
- キッズF・EFコース 17:30-18:45
- NKコース 19:30-20:30

利用時間　21:30

日曜日

- 10:15~10:45 アクアビクス 菅野
- プール ファミリー
- 16:30~17:00 アクアビクス 中村

利用時間　19:30

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

成人スクール　ツーアップコース

※コース数は、最大7コースの設定となります。利用状況によってコース幅を広げる際は、6コースで営業いたします。
※成人スクールやアクアレッスンのコース数は、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。