

スパ&スポーツ ユアー習志野

プールご利用コース・アクアレックススケジュール

		9/16 (月・祝)								
		7	6	5	4	3	2	1		
9:00										9:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
10:00	歩行	↓	↑	↓	↑	↓	↓	↓	●9:45~10:15 ウォーキング&ジョギング 高木	
10										
20										20
30										30
40										40
50										50
11:00										11:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
12:00										12:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
13:00										13:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
14:00										14:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
15:00										15:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
16:00										16:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
17:00										17:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
18:00										18:00
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50
18:30										18:30
10										10
20										20
30										30
40										40
50										50

利用終了時間 19:00

【アクアレックス予約方法】

レッスンの開始時間の記号をご確認ください。

●...当日9:00よりプールサイドにて予約

★...レッスンの開始30分前よりプールサイドにて予約

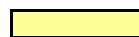
※各アクアレックス開始5分前よりコース変更させていただきます。

※ご利用コースは変更となる場合がございます。

コース案内をご確認ください。



...アクア



...スクール