

ユアースポーツクラブ新松戸 プールスケジュール

2025年4月1日～

時間	月							火							水	木							金							土							日																						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7									
9:00								9:15~9:45 やさしいアクア 吉田 由美子															9:15~9:45 アクアFun 立石 正美								成人 スクール(R) 9:00-10:00																												
10:00	成人スクール(L) 10:00-11:00							成人スクール(L) 10:00-11:00							成人スクール(L) 10:00-11:00								成人スクール(L) 10:00-11:00								10:00~10:30 ヌードルのみらみ① 吉田 由美子								9:50~10:20 アクアヌードル 田沼 栄一								10:30~11:00 エンジョイアクア 田沼 栄一												
11:00	親子スクール 成人スクール(U) 11:00-12:00							成人スクール(N) 11:00-12:00 ※マスターズ参加者が14名未満の場合 はスクール4コースに縮小							親子スクール 成人スクール(U) 11:00-12:00							成人スクール(N) 11:00-12:00 ※マスターズ参加者が14名未満の場合 はスクール4コースに縮小								①10:40~11:10 第1,3,5 アクアヌードル 第2,4 アクアミッド																													
12:00	★ 12:15~12:45 ウォーキング&ストレッチ 高木 智子													★ 12:20~12:50 アクアピクス 立石 正美							12:30~13:00 パワーダンス 吉田 由美子								★ ②11:20~11:50 第1,3,5 アクアピクス 第2,4 ヌードルのみらみ②																														
13:00	★ 12:55~13:25 アクアピクス 高木 智子													★ 13:00~13:30 アクアサーキット 立石 正美														ファミリー 12:00-14:00								ファミリー 12:00-14:00																							
14:00								成人 スクール(R) 13:45-14:45														成人 スクール(R) 13:45-14:45																																					
15:00																																																											
16:00	キッズスクール 15:00-19:45							キッズスクール 15:00-19:45						キッズスクール 15:00-19:45						キッズスクール 15:00-19:45					キッズスクール 14:30-17:30																																		
17:00																																																											
18:00																																																											
19:00																																																											
20:00	★ 20:00~20:30 田沼 栄一							20:00~20:30 アクアピクス 稲葉 みちる											OP					スイムレッスン 19:50-20:20																																			
21:00	第1・2週目 アクアミックス 第3・4・5週目 AQUA ZUMBA®																																																										
22:00																																																											
23:00																																																											

休館日

- 歩行者優先
 - 50mコース
 - 25mコース
 - 成人スクール
 - 予約制レッスン
 - アクアレッション
 - プールファミリー
 - キッズスクール
 - 利用不可
- ※予約方法は別紙を参照してください。

★・・・時間・内容・担当のいずれかにおいて変更があるレッスンに★マークがついています。