

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日					
メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア			
			トライアスロン (ベジック) 6:30~7:30						トライアスロン (ベジック) 6:30~7:30						トライアスロン (マスター) 6:30~8:00								
					フリー利用優先			フリー利用優先			フリー利用優先			フリー利用優先				ジュニア水泳 9:00~10:00		サンデージュニア 9:00~10:00			
成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	アクアビック パワーハイドロ 10:00~11:00		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 10:00~11:00	アクアビック ダンス 10:00~10:45		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 10:00~11:00	アクアビック レギュラー 10:00~11:00		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 10:00~11:00	アクアビック レギュラー 10:00~11:00		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 10:00~11:00	アクアビック パワーハイドロ 10:00~11:00		成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	やさしい アクアビック 10:00~11:00			サンデージュニア 10:00~11:00				
成人水泳 ミドル アドバンス 11:00~12:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 11:00~12:00	幼児水泳 11:00~12:00	成人水泳 ミドル アドバンス 11:00~12:00	アクアビック レギュラー 11:00~12:00	幼児水泳 11:00~12:00	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 11:00~12:00	アクアビック パワーハイドロ 11:00~11:45		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 11:00~12:00	アクアビック レギュラー 11:00~12:00	幼児水泳 11:00~12:00	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 11:00~12:00	アクアビック パワーハイドロ 11:00~12:00		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 11:00~12:00	アクアビック レギュラー 11:00~12:00	アクアビック レギュラー 11:00~12:00		4項目 [ロング] 11:00~12:00	アクアビック レギュラー 11:00~12:00			
成人水泳 マスターズ (登録会員専用) 12:00~13:00	あくなつアンソム 12:10~12:55		健康水泳 (初級) 12:00~13:00	ウォーターライン 12:10~12:40		成人水泳 マスターズ (登録会員専用) 12:00~13:00	フットフィットネス (ヨガ) 12:10~12:50		健康水泳 (初・中級) 12:00~13:00	フットフィットネス (ヨガ) 12:10~12:50		スイム エキサイズ 12:00~13:00	マタニティ スイミング 12:00~13:00	ウォーターライン 12:10~12:40	4項目 [ブック] 12:00~13:00	ジュニア水泳 12:00~13:00	あくなつアンソム 12:10~12:55	4項目 [25マスター] 12:00~13:00	マタニティ スイミング 12:00~13:00	サンデージュニア 12:00~13:00	フリー利用優先		
成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 13:00~14:00		成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	やさしい アクアビック 13:10~13:55		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 13:00~14:00	幼児水泳 13:00~14:00	フリー利用優先	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 13:00~14:00	やさしい アクアビック 13:10~13:55	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 13:00~14:00	幼児水泳 13:00~14:00	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 13:00~14:00	ジュニア水泳 13:00~14:00	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ビギナー& 体力向上 13:00~14:00	サンデージュニア 13:00~14:00			
トータル アクア フィットネス 14:05~14:55			遊水クラブ (体力向上) 14:00~15:00	リフレッシュ 水泳 14:00~15:00	アクア ノルティック 14:00~15:00	遊水クラブ (機能改善) (健康管理士の指導のもと) 14:05~14:30	幼児水泳 14:00~15:00	ウォーターライン 14:10~14:40	リフレッシュ 水泳 14:00~15:00	アクアボール& パラソフ エキサイズ 14:00~14:45	アクアボール& パラソフ エキサイズ 14:00~14:45	遊水クラブ (機能改善) (健康管理士の指導のもと) 14:05~14:30	アクアダンス 14:05~14:30		遊水クラブ (機能改善) (健康管理士の指導のもと) 14:05~15:00		ジュニア水泳 14:00~15:00		ウォーキング & フィンスイム 14:00~15:00				
		ジュニア水泳 15:00~16:00		ジュニア水泳 15:00~16:00	フリー利用優先		ジュニア水泳 15:00~16:00	やさしい アクアビック 15:10~15:55					ジュニア水泳 15:00~16:00	フリー利用優先		ジュニア水泳 15:00~16:00					アクアビック レギュラー (正会員専用) 15:00~16:00		
		ジュニア水泳 16:10~17:10	フリー利用優先				ジュニア水泳 16:10~17:10						ジュニア水泳 16:10~17:10			ジュニア水泳 16:10~17:10							
		ジュニア水泳 17:20~18:20					ジュニア水泳 17:20~18:20						ジュニア水泳 17:20~18:20			ジュニア水泳 17:20~18:20							
		選手クラス 育成クラス 18:30~19:30					選手クラス 育成クラス 18:30~19:30						選手クラス 育成クラス 18:30~19:30			選手クラス 育成クラス 18:30~19:30					ビギナー ミドル アドバンス 17:00~18:00		
		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 19:30~20:30	選手クラス 育成クラス 19:30~20:30	アクアビック パワーハイドロ 19:30~20:15		成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 19:30~20:30	選手クラス 育成クラス 19:30~20:30	アクアビック パワーハイドロ 19:10~19:55	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 19:30~20:30	選手クラス 育成クラス 19:30~20:30	アクアビック パワーハイドロ 19:10~19:55	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 19:30~20:30	選手クラス 育成クラス 19:30~20:30	フリー利用優先	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 19:30~20:30	選手クラス 育成クラス 19:30~20:30	アクアビック パワーハイドロ 19:10~19:55				フリー利用優先		
		成人水泳 スイムクリニック チョクニック エンデュランス 21:00~22:00			フリー利用優先	トライアスロン (マスター) 20:30~21:30	成人水泳 ビギナー ミドル アドバンス 21:00~22:00			ダンス& パワーアクア45 (登録会員専用) 20:45~21:30	成人水泳 マスターズ (登録会員専用) 20:30~21:30	トライアスロン (マスター) 20:30~21:30	ワンポイント 20:35~20:55		成人水泳 マスターズ (登録会員専用) 20:30~21:30	ディスタンス 21:35~22:20	ウォーターライン サークット 21:40~22:10						
						スイムサーキット 21:30~22:15		ウォーターライン サークット 21:40~22:10															
メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア	メイン	アクアビック	ケア
月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日					
閉館																							