

TAC 東京アスレティッククラブ
成人プログラム
【プール】

※祝・祭日のプログラムはお休みとなります

- 【正会員】プレミア・個人・家族・法人・特別法人 【フリー会員】フルタイム、早起き会、モーニングタイム、デイタイム、デイトムL60、ナイトタイム、ホリデー、アンダー22、シニアイベント、ビジネスプラン、ナイト&ホリデー、フリーマスター
- 【整理券について】 下記、定員制スクールにご参加の場合、整理券が必要となります。スクール開始3時間前より2階クロウクにて配布致します。
- * アクアビック パワーハイドロ 20名
- 【登録制(口座振替)について】 トライアスロンは登録制の口座振替となります。(正会員:週1回登録/月会費1,650円、フリー会員:週1回登録/月会費2,200円、スクール会員:週1回登録/月会費8,360円)(税込表記)
- 【フリー会員のチケットor月会費について】 チケットは、4枚綴り4,400円※購入日より2ヶ月間有効。 月会費はスクール月会費の半額で受講可能です。
- 【フリー会員の登録制(時間内無料)について】 該当スクールを週最大5コマ(1日1コマ)無料受講可能※要登録(手数料660円)で月単位変更:月末締め翌月スタート
- 【フリー会員のフルタイム会員に限り、利用時間内スクール(マタニティスイミング・777ケトル)・正会員専用クラスは除く】を週最大7コマ(1日1コマ)無料受講可能※要登録(手数料無料)で週単位変更:日曜日締めの翌月曜日スタート

令和3年3月22日~

	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			
7	閉館			トライアスロン(マタニティ) 6:30~7:30						トライアスロン(マタニティ) 6:30~7:30						トライアスロン(マタニティ) 6:30~7:30								
8																								
9				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			フリー利用優先			フリー利用優先					
10	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	ケア	成人水泳 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	ケア	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 11:00~11:45	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	オリジナル アクアファン 10:10~10:55	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	成人水泳 ビチャー 10:30~11:30	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	成人水泳 アドバンス 10:20~11:20	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 10:00~11:00	成人水泳 アドバンス 10:30~11:30	ケア			
11	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	成人水泳 ビチャー 11:00~12:00	アクアビック レジャール 11:10~11:55	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	水中ボール ウォーミング 11:00~11:50	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	アクアビック パワーハイドロ 11:00~11:45	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	水中ボール ウォーミング 11:00~11:50	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	アクアビック レジャール 11:00~12:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	アクアビック パワーハイドロ 11:00~12:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 11:10~12:10	アクアビック レジャール 11:00~12:00	ケア			
12	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:20~13:20			成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:20~13:20	ウォーターライン 12:10~12:40	ケア	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:00~13:00		ケア	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:00~13:00		ケア	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:00~13:00	マタニティスイミング 12:00~13:00	ケア	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:00~13:00		ケア	成人水泳 マスターズ (登録料員費用) 12:00~13:00	マタニティスイミング 12:00~13:00	ケア			
13	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00		調整修正 ウォーミング 13:30~14:00	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 ビチャー 13:10~14:10	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	フリー利用優先	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	アクアファンステップ 13:10~13:55	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 13:00~14:00	成人水泳 48歳 (登録料員費用) 12:30~13:30	ケア			
14		やさしい アクアビック 14:10~14:55	成人水泳 ビチャー 14:00~15:00	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	リフレッシュ 水泳 14:10~15:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	フリー利用優先	マタニティ アクアファン 14:05~14:30	リフレッシュ 水泳 14:10~15:00	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	アクアファン 14:05~14:30	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	アクアファン 14:10~15:00	ケア	成人水泳 ミドル アドバンス 14:10~15:00	アクアファン 14:10~15:00	ケア			
15			アクアケア グループ 15:00~16:00			フリー利用優先		フリー利用優先	アクアケア グループ 15:00~16:00		フリー利用優先		フリー利用優先	アクアケア グループ 15:00~16:00	ケア			フリー利用優先				フリー利用優先		
16		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	
17																							成人水泳 アドバンス 16:50~17:00	
18																							成人水泳 アドバンス 17:00~18:00	
19																							成人水泳 アドバンス 18:10~19:10	
20	成人水泳 アドバンス 19:30~20:30		成人水泳 ミドル&ミドル 19:30~20:30	成人水泳 ミドル&ミドル アドバンス 19:30~20:30		フリー利用優先	成人水泳 アドバンス 19:30~20:30		フリー利用優先	成人水泳 ミドル&ミドル 19:30~20:30		フリー利用優先	成人水泳 アドバンス 19:30~20:30	成人水泳 ミドル 19:30~20:30	ケア	成人水泳 アドバンス 19:30~20:30	成人水泳 ミドル 19:30~20:30	ケア	成人水泳 アドバンス 19:30~20:30	成人水泳 ミドル 19:30~20:30	ケア			
21	成人水泳 スイムクリニック エンジョラス 20:45~21:30	フリー利用優先		トライアスロン(マタニティ) 20:30~21:30			成人水泳 アドバンス 20:30~21:30		フリー利用優先	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	ケア	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	ケア	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	成人水泳 アドバンス 20:30~21:30	ケア	成人水泳 スイムクリニック エンジョラス 20:45~21:30	成人水泳 スイムクリニック エンジョラス 20:45~21:30	ケア		閉館	
22	閉館			閉館			閉館			閉館			閉館			閉館			閉館			閉館		

【正会員】
 いつでも無料でご参加いただけます。(要入場料)
 但し、下記のスクールは利用条件があります。

- 整理券
- 登録制(口座振替)
- 特殊な参加条件(要登録)

【フリー会員】
 利用時間内無料でご参加いただけます。
 時間内フリー
 但し、下記のスクールは利用条件があります。

- 整理券
- 登録制(時間内無料)
- 登録制(口座振替)
- アンダー22参加不可
- チケットor月会費
- 特殊な参加条件(要登録)