

月曜日／水曜日／金曜日

10:00～13:00のコース設定
 ※コース変更・・・12:55～13:00

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	フリー遊泳コース	
				レッスン使用時間 (1・2コースのみ使用) 【月曜日】10:25～11:40 【水曜日】10:25～11:40 【金曜日】10:25～11:35	

採暖室

地下1階 プールギャラリー

月曜日／水曜日／金曜日

13:00～18:00のコース設定
 ※コース変更・・・12:55～13:00/17:55～18:00

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	往復(50m完泳)	歩行コース
				レッスン使用時間 (1コースのみ使用) 【水曜日】14:00～15:05 【金曜日】14:30～15:55	

採暖室

地下1階 プールギャラリー

月曜日／水曜日／金曜日

18:00～22:20のコース設定
 ※コース変更・・・17:55～18:00

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	往復(50m完泳)	往復(50m完泳)

採暖室

地下1階 プールギャラリー

火曜日／木曜日

20:30～22:20のコース設定

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	往復(50m完泳)	(成人水泳教室) スクールコース
					レッスン使用時間 (1・2コースのみ使用) 20:45～21:45 21:50～22:20 【1コース】フリー 【2コース】往復

採暖室

地下1階 プールギャラリー

土曜日／日曜日

10:00～16:00のコース設定
 ※コース変更・・・15:55～16:00

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	往復(50m完泳)	歩行コース

採暖室

地下1階 プールギャラリー

土曜日／日曜日

16:00～20:20のコース設定
 ※コース変更・・・15:55～16:00

6コース	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
フリー遊泳コース	一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	↑ 一方通行(25m完泳)	往復(50m完泳)	往復(50m完泳)

採暖室

地下1階 プールギャラリー

祝日のコース帯は祝日プログラムの裏面に掲載いたします。