

# 【タイムスケジュール】

2019年12月27日 改訂

- 開館時間 月～金 12時45分 土 11時45分  
※火曜・土曜：ベビーコースのみ 10時45分
- プール利用時間  
月～金 13時00分～15時00分 19時00分～20時25分  
土 12時00分～14時00分 18時00分～19時25分  
※火曜・土曜：ベビーコースのみ 11時00分～11時45分
- 温泉利用時間  
月～金 13時00分～16時00分 18時00分～20時25分  
土 12時00分～15時00分 17時00分～19時25分

		月							火							水							木							金							土														
11:00									1	2	3	4	5	6	7																						1	2	3	4	5	6	7	11:00							
11:45									※新設(2020年1月より)																												コベイス							11:45							
12:00	※★印は、運動強度です。																																				コベイス							12:00							
13:00		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	13:00
13:10		ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							13:10							
13:30		初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							13:30							
13:30		中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							13:30							
13:30		上級水泳マスタート中輪★★★★★							水中運動(アクアピクス)遠藤★★★★							中級水泳4泳法小林★★★★							初級水泳初心者向け曾山★★							水中運動(ウォーキング)百瀬★★							13:30														
14:00		ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							14:00							
14:30		ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							14:30
15:00		ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							15:00
16:00		温泉利用可能 16時00分迄																												16:00																					
17:00																														17:00																					
17:30																														17:30																					
18:00		温泉利用可能 18時00分～																												18:00																					
18:30																														18:30																					
19:00		ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							ウォーキングコース							19:00							
19:25		初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							初・中級者コース							19:25							
20:00		中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							中・上級者コース							20:00							
20:25		ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							ランダムコース							20:25
20:25		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	20:25

フリーコースは 右側通行 です

- フリーコース** ※右側通行が原則になります。
- フリーコースの3～4コースは立ち止まっの長時間の会話はご遠慮下さい。
- ☆ ウォーキングコース … 歩く専用コース。遊泳はご遠慮下さい。
  - ☆ 遊泳コース … 泳ぐ専用コース。ウォーキングはご遠慮下さい。
  - ☆ 初心者コース … 途中で休憩が可能(後方に注意して下さい)
  - ☆ 初・中級者コース … 25mの練習コース
  - ☆ 中・上級者コース … 50m以上の練習コース(スタートはお風呂側になります)
  - ☆ おしゃべりOK!ランダムコース … 自由に練習できます。12.5m練習やウォーキングも可能です。