

【タイムスケジュール】

2021年 6月 改訂

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

※★印は、運動強度です。

		月							火							水							木							金							土																																																
		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																																			
10:45																																																																																					
11:00																																																																																					
11:15																																																																																					
11:30																																																																																					
11:45																																																																																					
12:00																																																																																					
12:10																																																																																					
12:30																																																																																					
12:45																																																																																					
13:00																																																																																					
13:10																																																																																					
13:30																																																																																					
13:45																																																																																					
14:00																																																																																					
14:10																																																																																					
14:30																																																																																					
14:40																																																																																					
15:00																																																																																					
15:15																																																																																					
15:30																																																																																					
15:45																																																																																					
16:00																																																																																					
16:15																																																																																					
16:30																																																																																					
16:45																																																																																					
17:00																																																																																					
17:15																																																																																					
17:30																																																																																					
17:45																																																																																					
18:00																																																																																					
18:15																																																																																					
18:30																																																																																					
18:45																																																																																					
19:00																																																																																					
19:15																																																																																					
19:30																																																																																					
19:45																																																																																					
20:00																																																																																					
20:15																																																																																					
20:25																																																																																					

温泉利用可能
15時00分迄

温泉利用可能 16時00分迄

温泉利用可能
17時00分～

温泉利用可能 18時00分～

プール・温泉利用 20時25分迄

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。

- ☆ ウォーキングコース ... ウォーキング専用コース。遊泳はご遠慮下さい。
 - ☆ 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。
 - ☆ フライバートレッスン ... 予約受付は、1ヶ月前の11時45分より7営業日前の19時00分まで受付いたします。レッスが無い場合はランダムコースとさせていただきます。
- ☆各コースの人数により、フリー及びレッスンコースが変動することがあります。
 ☆インストラクター及び内容につきましては変更もしくは休講する場合があります。