フリーレーン表

2021. 4～

	月										火									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
10:00	歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用				歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用			
10:30																				
11:00			昼の水泳教室				子供専用						昼の水泳教室				子供専用			
11:30																				
12:00			リズム水泳				アクアシェイプ								Long	Fin	アクアシェイプ			
12:30																				
13:00							アクアフローター													
13:30					Long	Fin	水中体操										水中ウォーク			
14:00			午後の水泳教室										午後の水泳教室							
14:30							子供専用										子供専用			
14:45																				

	水										木									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
10:00	歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用				歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用			
10:30																				
11:00			昼の水泳教室				子供専用						昼の水泳教室				子供専用			
11:30																				
12:00				アクアズンバ									リズム水泳				アクアシェイプ			
12:30																				
13:00							アクアフローター										アクアフローター			
13:30					Long	Fin	水中体操								Long	Fin	水中ウォーク			
14:00			午後の水泳教室										午後の水泳教室							
14:30							子供専用										子供専用			
14:45																				

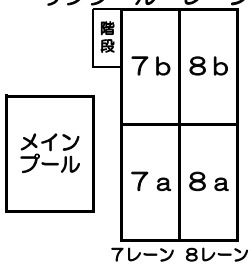
	金										土									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
10:00	歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用				歩行	フリー	午前の水泳教室				子供専用			
10:30																				
11:00			昼の水泳教室				子供専用						昼の水泳教室				子供専用			
11:30																				
12:00			フリー	Long	Fin	レッスン	アクアビクス								Long	Fin	水中運動			
12:30																				
13:00						フリー											子供専用			
13:30							水中体操													
14:00			午後の水泳教室										子供コース専用							
14:30							子供専用													
14:45																				

	日								
	メイン							サブ	
	1	2	3	4	5	6	7	8	
10:00	成人会員のメインプールのご利用は、１３：３０から１５：００までとなります。また、サブプールは１０：００から１５：００となりますが、競技会やイベントがある場合は、利用時間が変更となります。その際、館内掲示等でご案内致しますので、予めご了承ください。								
10:30									
11:00									
11:30									
12:00									
12:30							歩行	フリー	
13:00									
13:30									
14:00	フリー	フリー	マルチスポーツ						
14:30									
14:45									

※子供コース専用時間帯は、メインプールのご利用はできません。
月～金　14:45～21:00、土　13:40～20:30、日　10:00～13:30　　金　6コースのみ　12：00～12：30　レッスン
※右記時間内にサブプールをフリー/歩行でご利用できます。月～金=15:15～15:45　土=14:15～14:45　日=10:00～15:00(注1)
(注1)日曜日の利用時間は、競技会やイベント等で変更となる場合があります。その際は掲示板等でご案内致しますので予めご了承ください。

注1）　のレーンがフリーレーンとなります。＊並列歩行禁止　間隔を空けて会話はお控え下さい。
注2）フリーレーンは右側通行となっています。飛び込み及びパドル・シュノーケルの使用はご遠慮下さい。＊並列歩行禁止
注3）休憩の際には、真ん中をターンが出来るようにあけていただくようお願いします。
注4）Fin　･･･フィンの使用が可能です。(フィンを使用しない方もご利用できますが、フィンを利用する方優先です)
注5）Long　･･･長距離を泳ぐ方専用のレーンです。
注6）歩行　･･･歩く方専用のレーンです。階段が入ります。＊並列歩行禁止　間隔を空けて会話はお控え下さい。

サブプール・レーン割



	月										火									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
18:00	選手コース専用						歩行		歩行		選手コース専用						歩行		歩行	
19:00							水泳教室	フリー	水泳教室	フリー							水泳教室	フリー	水泳教室	フリー
20:00							歩行		歩行								歩行		歩行	
21:00	レベルアップコース					フリー					レベルアップコース					フリー				
21:30																				
22:00																				

	水										木									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
18:00	選手コース専用						歩行		歩行		選手コース専用						歩行		歩行	
19:00							水泳教室	フリー	水泳教室	フリー							水泳教室	フリー	水泳教室	フリー
20:00							歩行		歩行								歩行		歩行	
21:00	レベルアップコース					フリー					レベルアップコース					フリー				
21:30																				
22:00																				

	金										土									
	メイン						サブ				メイン						サブ			
	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b	1	2	3	4	5	6	7a	8a	7b	8b
18:00	選手コース専用						歩行		歩行		選手コース専用						子供コース専用			
18:30							水泳教室	フリー	水泳教室	フリー							歩行		歩行	
19:00							歩行		歩行								水泳教室	フリー	水泳教室	フリー
19:30																	歩行		歩行	
20:00																				
20:30																				
21:00	レベルアップコース					フリー					レベルアップコース					フリー	アクアビクス			
21:30																	歩行		歩行	
22:00																				