

2026/8/27 更新

Pool lane schedule

プールコーススケジュール

Monday

月曜日

時刻		2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース	
7:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	上級 コース				
7:30									
8:00									
8:30	準備8:50～				フリー コース				
9:00	アクア								
9:30	9:00～9:45								
10:00	成人スイミング(初級) 10:00～11:00		フリー コース	上級 コース					
10:30									
11:00									
11:30	インターナショナルスクール 11:15～12:30			PS 11:05～					渡邊翔太IR
11:30				PS 11:40～					
12:00				PS 12:15～					
12:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース					
13:00									
13:30									
14:00	インターナショナルスクール 13:45～15:00			フリー コース					
14:30									
15:00				上級 コース					
15:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース						
16:00									
16:30									
17:00									
17:30									
18:00									
18:30									
19:00									
19:30									
20:00					成人スイミング(中級) 20:00～21:00		フリー コース		
20:30									
21:00	PS 21:05～	初級 コース	中級 コース						
21:30	PS 21:40～								
22:00	フリー コース								
22:30									

渡邊翔太IR

高島健佑IR

営業時間：7:00～22:30(完全退館)

アクアレッスン：定員50名（25名以下2コース、26名以上3コース、37名以上で4コース使用いたします）

成人短期教室：定員12名（6名以上で2コース使用いたします）

2026/8/27 更新

Pool lane schedule プールコーススケジュール

Tuesday

火曜日

時刻	1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース
7:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	上級 コース	中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース
7:30								
8:00								
8:30	準備8:50～				フリー コース			
9:00	アクア							
9:30	9:00～9:45							
10:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	PS 10:00～	平野仁美IR			
10:30				PS 10:35～				
11:00	インターナショナルスクール 11:15～12:30			PS 11:10～				
11:30				PS 11:45～				
12:00				上級 コース				
12:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース					
13:00								
13:30								
14:00	インターナショナルスクール 13:45～15:00			フリー コース		上級 コース		
14:30								
15:00								
15:30	準備15:20～		フリー コース					
16:00	ジュニアスイミング 16:00～17:00 17:30～18:30							
16:30								
17:00								
17:30								
18:00								
18:30	片付け～19:15		上級 コース					
19:00	PS 19:00～	初級 コース		中級 コース				
19:30	PS 19:35～							
20:00	成人スイミング(上級) 20:10～21:10			フリー コース				
20:30								
21:00	PS 21:15～	志熊叶一郎IR						
21:30	フリー コース			初級 コース	中級 コース			
22:00								
22:30								

営業時間：7:00～22:30(完全退館)

アクアレッション：定員50名（25名以下2コース、26名以上3コース、37名以上で4コース使用いたします）

成人短期教室：定員12名(6名以上で2コース使用いたします)

※パーソナルスイミングはフリーコースを利用して行います。予めご了承ください。

2026/8/27 更新

Pool lane schedule

プールコーススケジュール

Wednesday
水曜日

時刻	1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース
7:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				
7:30								
8:00								
8:30								
9:00								
9:30	志田公輝IR							
10:00	成人スイミング(初級) 10:00~11:00		フリー コース					
10:30								
11:00	インターナショナルスクール 11:15~12:30			PS 11:05~				
11:30				PS 11:40~				
12:00				PS 12:15~				
12:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				
13:00								
13:30	インターナショナルスクール 13:45~15:00			フリー コース				
14:00								
14:30				上級 コース	中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース	
15:00								
15:30	準備15:20~		フリー コース					
16:00	ジュニアスイミング 16:00~17:00 17:30~18:30							
16:30								
17:00								
17:30	片付け~19:15							
18:00								
18:30								上級 コース
19:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース					
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								
22:30								

営業時間 : 7:00~22:30(完全退館)

成人短期教室 : 定員12名(6名以上で 2コース使用いたします)

※パーソナルスイミングはフリーコースを利用して行います。予めご了承ください。

2026/8/27 更新

Pool lane schedule

Thursday

プールコーススケジュール

木曜日

時刻	1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース	
7:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	笠置健之IR				
7:30									
8:00									
8:30									
9:00									
9:30				PS 9:00～					
10:00				PS 9:35～					
10:30				PS 10:10～					
11:00				インターナショナルスクール 11:15～12:30					PS 10:45～
11:30									PS 11:20～
12:00	PS 11:55～								
12:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	上級 コース	中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース	
13:00									
13:30									
14:00	インターナショナルスクール 13:45～15:00			フリー コース					
14:30									
15:00									
15:30	準備15:20～		フリー コース	上級 コース					
16:00	ジュニアスイミング 16:00～17:00 17:30～18:30								
16:30									
17:00									
17:30									
18:00									
18:30	片付け～19:15								
19:00	準備19:20～			フリー コース					
19:30	アクア 19:30～20:15								
20:00									
20:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース					
21:00									
21:30									
22:00									
22:30									

営業時間：7:00～22:30(完全退館)

アクアレッシン：定員37名（25名以下2コース、26名以上3コース使用いたします）

※パーソナルスイミングはフリーコースを利用して行います。予めご了承ください。

2026/8/27 更新		Pool lane schedule				Saturday		
		プールコーススケジュール				土曜日		
時刻	1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース
8:00	準備8:00～		フリー コース	上級 コース	上級 コース			
8:30	ジュニアスイミング 9:00～10:00 10:30～11:30 12:00～13:00							
9:00								
9:30								
10:00								
10:30								
11:00								
11:30								
12:00								
12:30								
13:00	片付け～13:45					中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース
13:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース					
14:00								
14:30								
15:00	準備15:05～				フリー コース			
15:30	アクア 15:15-16:00							
16:00	アクアHIIT30 16:10-16:40							
16:30								
17:00								
17:30	PS 17:00～	笠置健之IR		上級 コース	上級 コース			
18:00	PS 17:35～							
18:30	PS 18:10～							
19:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	上級 コース			
19:30								
20:00								
営業時間：土日祝 8:00～20:00(完全退館) アクアレッション：定員50名（25名以下2コース、26名以上3コース、37名以上で4コース使用いたします）								

2026/8/27 更新

Pool lane schedule

Sunday

プールコーススケジュール

日曜日

時刻	1コース	2コース	3コース	4コース	5コース	6コース	7コース	8コース
8:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	上級 コース	中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース
8:30								
9:00								
9:30								
10:00	PS 9:00～							
10:30	PS 9:35～							
11:00	PS 10:10～							
11:30	成人スイミング(初中級) 10:45～11:45		フリー コース					
12:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース					
12:30								
13:00								
13:30								
14:00	PS 15:00～	初級 コース	中級 コース					
14:30								
15:00								
15:30								
16:00	PS 16:10～	初級 コース	中級 コース					
16:30								
17:00								
17:30								
18:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース					
18:30								
19:00								
19:30								
20:00								

営業時間： 8:00～20:00(完全退館)

※パーソナルスイミングはフリーコースを利用して行います。予めご了承ください。