

2026/9/30 更新		Pool lane schedule				Monday										
		プールコーススケジュール				月曜日										
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		初級 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					渡邊翔太IR							
10:30																
11:00	インターナショナルスクール 11:15～12:30			フリー コース												
11:30																
12:00																
12:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース						中級 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	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		初級 コース		
16:00																
16:30																
17:00																
17:30																
18:00																
18:30																
19:00															高島健佑IR	
19:30																
20:00															成人スイミング(上級) 20:00～21:00	
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																

営業時間：7:00～22:30(完全退館)

アクアレッシン：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：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。

※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。

2026/9/30 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		初級 コース		
7:30									
8:00									
8:30									
9:00									
9:30	準備8:50～				フリー コース				
9:00	アクア 9:00～9:45								
10:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース	平野仁美IR		中級 コース		PS 10:00～
10:30									PS 10:35～
11:00	インターナショナルスクール 11:15～12:30			フリー コース					PS 11:10～
11:30						PS 11:45～			
12:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース		ウォーキング コース			
12:30									
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	準備15:20～		フリー コース	初級 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					上級 コース				
18:00	PS 18:00～								
18:30	片付け～19:15		PS 18:30～						
19:00	PS 19:00～	初級 コース	中級 コース						
19:30	PS 19:30～								
20:00	成人スイミング(上級) 20:00～21:00		フリー コース						
20:30									
21:00	PS 21:00～	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）

パーソナルスイミング：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。

※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。

2026/9/30 更新		Pool lane schedule				Wednesday		
		プールコーススケジュール				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 志田公輝IR	初級 コース	中級 コース	上級 コース			初級 コース	
7:30								
8:00								
8:30								
9:00								
9:30	成人スイミング(初級) 10:00~11:00		フリー コース					
10:00	インターナショナルスクール 11:15~12:30			フリー コース			PS 11:05~	
10:30							PS 11:40~	
11:00							PS 12:15~	
11:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				ウォーキング コース
12:00								
12:30								
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	中級 コース		
14:30								
15:00								
15:30	準備15:20~		フリー コース	上級 コース			初級 コース	
16:00								
16:30	ジュニアスイミング 16:00~17:00 17:30~18:30							
17:00								
17:30								
18:00	片付け~19:15							
18:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				
19:00								
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) アクアレッシン：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：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。 ※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。								

2026/9/30 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	上級 コース	笠置健之IR 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																					
9:00									PS 9:00～												
9:30	PS 9:35～																				
10:00	PS 10:10～																				
10:30																					
11:00	インターナショナルスクール 11:15～12:30			フリー コース					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												
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						上級 コース		中級 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									上級 コース		中級 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														上級 コース	中級 コース	初級 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：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。

※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。

2026/9/30 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	片付け～13:45							
11:30								
12:00								
12:30								
13:00	フリー コース	初級 コース	中級 コース		中級 コース	初級 コース	ウォーキング コース	
14:00								
14:30								
15:00	準備15:05～				フリー コース			
15:30	アクア							
16:00	15:15-16:00							
16:30	アクアHIIT30							
17:00	16:10-16:40							
17:30	PS 17:00～	初級 コース	中級 コース	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							
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）								
パーソナルスイミング：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。								
※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。								

2026/9/30 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					
8:30								
9:00								
9:30								
9:30	PS 9:00～	笠置健之IR						
10:00	PS 9:35～							
10:30	PS 10:10～							
11:00	成人スイミング(初中級) 10:45～11:45		フリー コース					
11:30								
12:00	フリー コース							
12:30								
13:00								
13:30								
14:00			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	
14:30								
15:00								
15:30								
15:00	PS 15:00～	初級 コース	中級 コース					
15:30	PS 15:35～							
16:00	PS 16:10～							
16:30	PS 16:45～							
17:00	フリー コース							
17:30								
18:00								
18:30								
19:00								
19:30								
20:00								

営業時間：8:00～20:00(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：フリーコースは通常通りご利用いただけます。予約時のみ、コース内で実施いたします。

※インターナショナルスクール実施時は初級コースを利用します。