2026/11/2 更新

Pool lane schedule
プールコーススケジュール

Monday
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 7:30 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			
8:30	準備8:50～				フリー コース		初級 コース	
9:00 9:30	アクア 9:00～9:45							
10:00 10:30	成人スイミング(初級) 10:00~11:00		フリー コース	上級 コース				
11:00 11:30 12:00	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～ PS 11:40～ PS 12:15～	
12:30 13:00 13:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				
14:00 14:30 15:00	インターナショナルスクール 13:45～15:00			フリー コース		中級 コース		ウォーキング コース
15:30 16:00 16:30 17:00 17:30 18:00 18:30 19:00 19:30	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	
20:00 20:30	成人スイミング(上級) 20:00～21:00		フリー コース					
21:00 21:30	PS 21:05～ PS 21:40～	初級 コース	中級 コース					
22:00 22:30	フリー コース							
23:00	プールエリア利用可能時間：7:00～22:30(営業終了30分前までとなります)							

渡邊翔太IR

高島健佑IR

施設営業時間：7:00～23:00(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。

2026/11/2 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 7:30 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		初級 コース	
8:30	準備8:50～				フリー コース			
9:00 9:30	アクア 9:00～9:45							
10:00 10:30	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	PS 10:00～ PS 10:35～	ウォーキング コース
11:00 11:30 12:00	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～ PS 11:45～	
12:30 13:00 13:30	フリー コース	初級 コース	中級 コース	上級 コース				
14:00 14:30 15:00	インターナショナルスクール 13:45～15:00			フリー コース				
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 17:00 17:30	ジュニアスイミング 16:00～17:00 17:30～18:30							
18:00			PS 18:00～					
18:30	片付け～19:15		PS 18:30～					
19:00 19:30	PS 19:00～ PS 19:30～	初級 コース	中級 コース					
20:00 20:30	成人スイミング(上級) 20:00～21:00		フリー コース					
21:00 21:30 22:00 22:30	PS 21:00～ フリー コース	初級 コース	中級 コース					
23:00	プールエリア利用可能時間：7:00～22:30(営業終了30分前までとなります)							

平野仁美IR

志熊叶一郎IR

施設営業時間：7:00～23:00(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。

2026/11/2 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	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								
9:00		志田公輝IR						
9:30								
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			フリーコース			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			初級コース	
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				
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	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								
23:00	プールエリア利用可能時間：7:00～22:30(営業終了30分前までとなります)							

施設営業時間：7:00～23:00(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。

2026/11/2 更新

Pool lane schedule
プールコーススケジュール

Thursday
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	初級	中級	上級	上級	中級	初級	ウォーキング
7:30	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース
8:00								
8:30								
9:00	PS 9:00～							
9:30	PS 9:35～							
10:00	PS 10:10～					笠置健之IR		
10:30								
11:00	インターナショナルスクール			フリー			PS 10:45～	
11:30	11:15～12:30			コース			PS 11:20～	
12:00							PS 11:55～	
12:30	フリー	初級	中級	上級			初級	
13:00	コース	コース	コース	コース			コース	
13:30								
14:00	インターナショナルスクール			フリー				
14:30	13:45～15:00			コース				
15:00								
15:30	準備15:20～		フリー	上級				
16:00	ジュニアスイミング		コース	コース				
16:30	16:00～17:00							
17:00	17:30～18:30							
17:30								
18:00								
18:30	片付け～19:15							
19:00	準備19:20～			フリー				
19:30	アクア			コース				
20:00	19:30～20:15							
20:30	フリー	初級	中級	上級				
21:00	コース	コース	コース	コース				
21:30								
22:00								
22:30								
23:00	プールエリア利用可能時間：7:00～22:30(営業終了30分前までとなります)							

施設営業時間：7:00～23:00(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。

2026/11/2 更新

Pool lane schedule
プールコーススケジュール

Saturday
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	中級コース	初級コース	ウォーキングコース
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							
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								
16:30	アクアHIIT30 16:10-16:40							
17:00								
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								
20:30								
21:00	プールエリア利用可能時間：7:00～20:30(営業終了30分前までとなります)							

笠置健之IR

施設営業時間：8:00～21:00(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）
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。

2026/11/2 更新

Pool lane schedule
プールコーススケジュール

Sunday
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	PS 9:00～							
10:00	PS 9:35～	笠置健之IR						
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								
14:30								
15:00	PS 15:00～	下岡遼馬IR						
15:30	PS 15:35～	初級コース	中級コース					
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	プールエリア利用可能時間：7:00～19:30(営業終了30分前までとなります)							

施設営業時間(日･祝日)： 8:00～20:00(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）
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。