

令和7年度 サルースアクアクラブ 週間スケジュール

※利用レーン(数)は変更する場合があります。

別表2

	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	火～土曜日
	プール	体操場	プール	体操場	プール	体操場	プール	体操場	プール	体操場	プール	トレーニングルーム
10:00	10:00～15:00		10:00～15:00		10:00～15:00		10:00～15:00				10:00～17:00	9:30
11:00	自由遊泳 (2レーン)	10:45～11:15 アクアエクササイズ	自由遊泳 (2レーン)	10:45～11:15 アクアエクササイズ	自由遊泳 (2レーン)	10:45～11:15 アクアエクササイズ	自由遊泳 (3レーン)	10:45～11:15 アクアエクササイズ			自由遊泳 (3レーン)	11:00
12:00							(2レーン)					12:00
13:00		12:35～13:05 アクアエクササイズ		12:35～13:05 アクアエクササイズ		12:35～13:05 アクアエクササイズ		12:35～13:05 アクアエクササイズ			(全レーン)	13:00
14:00	(3レーン)		(3レーン)		(3レーン)		(3レーン)					14:00
15:00									11:15～17:20 自由遊泳		15:00～17:00 自由遊泳	15:00
16:00									(2レーン)		デイ・ナイト 両方利用可能	16:00
17:00												17:00
18:00												18:00
19:00	18:30～21:00 自由遊泳 (2レーン)		18:30～21:00 自由遊泳 (2レーン)		18:30～21:00 自由遊泳 (2レーン)		18:30～21:00 自由遊泳 (2レーン)		18:30～21:00 自由遊泳 (2レーン)			19:00
20:00	(3レーン)		(3レーン)		(3レーン)		(2レーン)					20:00
21:00												21:00

※日曜・祝日のトレーニングルームは休講日を含め午前9時30分から午後5時まで利用可能です。

※日曜15:00～17:00まではアクアデイ会員、アクアナイト会員両方ご利用いただけます。

※体操場は自由使用。但し、土曜日の12時から14時までと小学校プール指導実施時間帯には、使用不可とさせていただきます。

利
用
可
能