平成29年度　サルースアクアクラブ　週間スケジュール

※利用レーンは、時間帯及び利用人数により変更する場合があります。

火曜日

プール
- 10:00～15:00 自由遊泳（4レーン）（2レーン）（4レーン）
- 12:45～13:15 水中健康
- 13:20～13:40 ワンポイント水泳
- 18:30～22:00 自由遊泳（2レーン）（3レーン）（1レーン）

体操場
- 11:10～11:25
- 12:30～12:45
- 13:30～13:45
- 19:45～20:00
- 20:45～21:00

水曜日

プール
- 10:00～15:00 自由遊泳（2レーン）（3レーン）
- 10:15～10:45 水中健康
- 10:50～11:10 ワンポイント水泳
- 12:45～13:15 水中健康
- 13:20～13:40 ワンポイント水泳
- 18:30～21:00 自由遊泳（2レーン）（3レーン）

体操場
- 10:00～10:15
- 11:10～11:25
- 12:30～12:45
- 13:30～13:45
- 19:45～20:00

木曜日

プール
- 10:00～15:00 自由遊泳（4レーン）（2レーン）（3レーン）
- 12:45～13:15 水中健康
- 13:20～13:40 ワンポイント水泳
- 18:30～22:00 自由遊泳（2レーン）（3レーン）（1レーン）

体操場
- 11:10～11:25
- 12:30～12:45
- 13:30～13:45
- 19:45～20:00
- 20:45～21:00

金曜日

プール
- 10:00～15:00 自由遊泳（2レーン）（3レーン）
- 10:15～10:45 水中健康
- 10:50～11:10 ワンポイント水泳
- 12:45～13:15 水中健康
- 13:20～13:40 ワンポイント水泳
- 18:30～21:00 自由遊泳（2レーン）

体操場
- 10:00～10:15
- 11:10～11:25
- 12:30～12:45
- 13:30～13:45
- 19:45～20:00

土曜日

プール
- 11:15～17:20 自由遊泳（2レーン）
- 18:30～21:00 自由遊泳（2レーン）

体操場
- 11:00～11:15
- 13:50～14:05
- 18:45～19:00

日曜日

プール
- 12:15～17:15 自由遊泳（全レーン）

火～土曜日

トレーニングルーム
- 9:30～21:00 利用可能

※トレーニングルームの日曜・祝日利用はプール休講日を含め、午前9時30分から午後5時まで利用可能です