

成人クラスのご案内

| 番号 | クラス名 | | 参加可能プログラム | | | | 会費 | 税 | 税込 | 備考 |
|----|-------|-------------|-----------|------------|------------|--------|-------|-----|-------|----------------|
| ① | 昼間 | AM フリー | フリーコース | | | | 4,500 | 450 | 4,950 | フリー利用・午前のみ |
| ② | 昼間 | AM ウォーク | フリーコース | | | ウォーキング | 5,000 | 500 | 5,500 | 午前のウォーク系可 |
| ③ | 昼間 | AM スイム | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | | | 5,500 | 550 | 6,050 | 午前のスイム系全部可 |
| ④ | 昼間 | AM ウォーク+アクア | フリーコース | | | ウォーキング | 5,500 | 550 | 6,050 | 午前のウォーク系+アクア可 |
| ⑤ | 昼間 | AM ウォーク+スイム | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | | ウォーキング | 6,000 | 600 | 6,600 | 午前のウォーク系+スイム系可 |
| ⑥ | 昼間 | AM スイム+アクア | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | | | 6,000 | 600 | 6,600 | 午前のスイム系+アクア可 |
| ⑦ | 昼間 | AM フル | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | | ウォーキング | 6,500 | 650 | 7,150 | 午前のプログラム全部可 |
| ⑧ | 夜 | PM フリー | フリーコース | | | | 4,000 | 400 | 4,400 | フリー利用・午後のみ |
| ⑨ | 夜 | PM スイム | フリーコース | | PMマスターズ+泳ぎ | | 5,000 | 500 | 5,500 | 午後のスイム系全部可 |
| ⑩ | 土曜 | 土曜 | フリーコース | | | | 4,500 | 450 | 4,950 | 土曜日フリー利用 |
| ⑪ | フルタイム | AM/PM フリー | フリーコース | | | | 5,000 | 500 | 5,500 | フリー利用・終日可 |
| ⑫ | フルタイム | AM/PM スイム | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | PMマスターズ+泳ぎ | | 6,500 | 650 | 7,150 | 午前午後のスイム系全部可 |
| ⑬ | フルタイム | AM/PM フル | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | PMマスターズ+泳ぎ | ウォーキング | 7,500 | 750 | 8,250 | 午前午後とも全部可 |
| ⑭ | フルタイム | 月4 | フリーコース | AMマスターズ+泳ぎ | PMマスターズ+泳ぎ | ウォーキング | 5,000 | 500 | 5,500 | 月4日以内全部可 |

成人クラス・時間割表 (2022年4月~)

2022/3/24

| 曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 曜日 |
|-------|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------------|-------|
| 時間 | プール | プール | プール | プール | プール | プール | 時間 |
| 10:00 | 10時30分開館 | 10時30分開 | 10時30分開 | 10時30分開館 | 10時30分開館 | 10時00分開館 | 10:00 |
| 10:30 | | | | | | | 9:30 |
| 11:00 | 11:00-11:45 ウォーキング+ シェイプアップ | 11:00-11:45 ウォーキング+ 初めてプール | | 11:00-11:45 美姿勢 ウォーキング | 11:00-11:45 ウォーキング+ 腰痛・肩こり解消 | 11:00-11:45 ジュニアクラス | 11:30 |
| 11:30 | | | | | 11:10-11:40 らくトレ | | 11:30 |
| 12:00 | 12:00-12:30 アクアピクス | | | | 11:50-12:30 アクアスティックマジック | フリースイム&フリーウォーク | 12:00 |
| 12:30 | | | 12:30-13:00 アクアピクス | | | | 12:30 |
| 13:00 | 12:40-13:40 マスターズ 中級 | 12:40-13:10 背泳ぎ | | 12:40-13:10 クロール | 12:50-13:50 マスターズ 中級 | 12:40-13:40 マスターズ 初級 | 12:45 |
| 13:30 | 13:30-14:30 マスターズ 上級 | 13:20-13:50 平泳ぎ | 13:30-14:30 マスターズ 上級 | 13:20-13:50 バタフライ | 13:30-14:30 マスターズ 上級 | | 13:00 |
| 13:30 | | | 13:10-14:10 マスターズ 初級 | | | | 13:30 |
| 14:00 | | | | | | | 14:00 |
| 14:30 | プール利用15:00まで 更衣室利用16:00まで | プール利用15:00まで 更衣室利用16:00まで | プール利用15:00まで 更衣室利用16:00まで | プール利用15:00まで 更衣室利用16:00まで | プール利用15:00まで 更衣室利用16:00まで | プール利用12:45まで | 14:00 |
| 15:00 | | | | | | ジュニアクラス | 14:00 |
| 18:30 | ジュニアクラス | ジュニアクラス | ジュニアクラス | ジュニアクラス | ジュニアクラス | 17時30分開館 | 17:00 |
| 19:00 | 選手クラス | 選手クラス | 選手クラス | 選手クラス | 選手クラス | 選手クラス | 18:00 |
| 19:30 | | | | | | | 18:30 |
| 20:00 | フリースイム&フリーウォーク | フリースイム&フリーウォーク | フリースイム&フリーウォーク | フリースイム&フリーウォーク | フリースイム&フリーウォーク | | 19:00 |
| 20:30 | 20:30-21:30 スーパーマスターズ | 20:10-21:10 マスターズ 初級・中級 上級 | 20:30-21:30 スーパーマスターズ | 20:10-21:10 マスターズ 初級・中級 上級 | 20:10-20:55 マスターズ 初級・中級 上級 | | 19:30 |
| 21:00 | | フリースイム&フリーウォーク | | フリースイム&フリーウォーク | 21:00-21:45 スーパーマスターズ | | 20:00 |
| 21:30 | | | | | | | 21:00 |
| 21:50 | 22時閉館 | 22時閉館 | 22時閉館 | 22時閉館 | 22時閉館 | | 21:30 |
| 22:00 | | | | | | | 21:50 |

*フリーコースのご案内

| | |
|-----|-------------------------------------|
| 月曜日 | 10:30~15:00/20:00~20:30 |
| 火曜日 | 10:30~15:00/20:00~20:10/21:10~21:30 |
| 水曜日 | 10:30~15:00/20:00~20:30 |
| 木曜日 | 10:30~15:00/20:00~20:10/21:10~21:30 |
| 金曜日 | 10:30~15:00/20:00~21:45 |
| 土曜日 | 11:30~12:45 |