月曜日

- 入館10:00 らくらく A 10:00 ～ 13:00 退館 13:00
- 入館時間 10:00 スイムメイト 授業時間 10:15～11:15 退館時間 12:00
- 入館時間 11:45 スイムメイト 授業時間 12:00 ～ 13:00 退館時間13:45
- シニア 準備体操 13:00 ～ 13:15 授業時間 13:15 ～ 13:45
- 入館時間 13:30 らくらく A･B
- ショートプログラム 14:00 ～ 14:25
- 13:30～15:30 退館時間 15:30
- B4M 準備体操 15:55 ～ 16:05 授業時間 16:05 ～ 17:05
- B5M 準備体操 17:00 ～ 17:10 授業時間 17:10 ～ 18:10
- B6M 準備体操 18:05 ～ 18:15 授業時間 18:15 ～ 19:15 選手 18:05 ～ 19:30
- 入館時間 19:30 らくらく A･C 19:30～21:30 最終入館 20:40 退館時間 21:30
- スイムメイト 授業時間 19:40～20:40 退館時間 21:30

火曜日

- 入館9:40 めだかクラブ 10:00 ～ 10:40
- 11:00～11:15 2 レーン
- 入館時間 10:00 スイムメイト 授業時間 10:15～11:15 退館時間 12:00
- らくらく A 入館時間 11:00 11:00～13:00 退館時間 13:00
- シニア 準備体操 13:00 ～ 13:15 授業時間 13:15 ～ 13:45
- 入館時間 13:30 らくらく A･B
- ショートプログラム 14:00 ～ 14:25
- 13:30～15:30 退館時間 15:30
- B4K 準備体操 15:55 ～ 16:05 授業時間 16:05 ～ 17:05
- B5K 準備体操 17:00 ～ 17:10 授業時間 17:10 ～ 18:10
- B6K 準備体操 18:05 ～ 18:15 授業時間 18:15 ～ 19:15 選手 18:05 ～ 19:30
- 入館時間 19:30 らくらく A･C
- ショートプログラム 2レーン使用 20:20 ～ 20:40 脂肪燃焼アクア
- 19:30～21:30 最終入館 20:40 退館時間 21:30

水曜日

- 入館10:00 らくらく A 10:00 ～ 13:00 退館 13:00
- 入館時間 10:00 スイムメイト 授業時間 10:15～11:15 退館時間 12:00
- 入館時間 11:45 スイムメイト 授業時間 12:00 ～ 13:00 退館時間13:45
- シニア 準備体操 13:00 ～ 13:15 授業時間 13:15 ～ 13:45
- 入館時間 13:30 らくらく A･B
- ショートプログラム 14:00 ～ 14:25
- 13:30～15:30 退館時間 15:30
- B4W 準備体操 15:55 ～ 16:05 授業時間 16:05 ～ 17:05
- B5W 準備体操 17:00 ～ 17:10 授業時間 17:10 ～ 18:10
- B6W 準備体操 18:05 ～ 18:15 授業時間 18:15 ～ 19:15 選手 18:05 ～ 19:30
- 入館時間 19:30 らくらく A･C 19:30～21:30 最終入館 20:40 退館時間 21:30
- スイムメイト 授業時間 19:40～20:40 退館時間 21:30

木曜日

- 入館9:40 めだかクラブ 10:00 ～ 10:40
- 11:00～11:15 2 レーン
- 入館時間 10:00 スイムメイト 授業時間 10:15～11:15 退館時間 12:00
- らくらく A 入館時間 11:00 11:00～13:00 退館時間 13:00
- シニア 準備体操 13:00 ～ 13:15 授業時間 13:15 ～ 13:45
- 入館時間 13:30 らくらく A･B
- ショートプログラム 14:00 ～ 14:25
- 13:30～15:30 退館時間 15:30
- B4T 準備体操 15:55 ～ 16:05 授業時間 16:05 ～ 17:05
- B5T 準備体操 17:00 ～ 17:10 授業時間 17:10 ～ 18:10
- B6T 準備体操 18:05 ～ 18:15 授業時間 18:15 ～ 19:15 選手 18:05 ～ 19:30
- 入館時間 19:30 らくらく A･C
- ショートプログラム 2レーン使用 20:20 ～ 20:40 脂肪燃焼アクア
- 19:30～21:30 最終入館 20:40 退館時間 21:30

金曜日

- 入館10:00 らくらく A 10:00 ～ 13:00 退館 13:00
- 入館時間 10:00 スイムメイト 授業時間 10:15～11:15 退館時間 12:00
- 入館時間 11:45 スイムメイト 授業時間 12:00 ～ 13:00 退館時間13:45
- シニア 準備体操 13:00 ～ 13:15 授業時間 13:15 ～ 13:45
- 入館時間 13:30 らくらく A･B
- ショートプログラム 14:00 ～ 14:25
- 13:30～15:30 退館時間 15:30
- B4F 準備体操 15:55 ～ 16:05 授業時間 16:05 ～ 17:05
- B5F 準備体操 17:00 ～ 17:10 授業時間 17:10 ～ 18:10
- B6F 準備体操 18:05 ～ 18:15 授業時間 18:15 ～ 19:15 選手 18:05 ～ 19:30
- 入館時間 19:30 らくらく A･C 19:30～21:30 最終入館 20:40 退館時間 21:30
- スイムメイト 授業時間 19:40～20:40 退館時間 21:30

幼児・学童クラス（月曜日～日曜日）の入館時間は体操開始時間の20分前からとなります。

土曜日

- 入館時間 9:30 らくらく A･C 9:30～11:30 退館時間 11:30
- ショートプログラム 10:00～10:25
- 入館11:20 めだかクラブ 11:40 ～ 12:20
- B1S 準備体操 11:40 ～ 11:50 授業時間 11:50 ～ 12:50
- B2S 準備体操 13:20 ～ 13:30 授業時間 13:30 ～ 14:30
- B3S 準備体操 14:30 ～ 14:40 授業時間 14:40 ～ 15:40
- B4S 準備体操 15:40 ～ 15:50 授業時間 15:50 ～ 16:50
- B5S 準備体操 16:50 ～ 17:00 授業時間 17:00 ～ 18:00 選手 16:50 ～ 18:30
- 入館時間 18:30 らくらく A･C 18:30～20:30 最終入館 19:40 退館時間 20:30
- スイムメイト 授業時間 18:40～19:40 退館時間 20:30

日曜日

- 8:40時入館
- SD1 準備体操 9:00 ～ 9:10 授業時間 9:10 ～ 10:10
- SD2 準備体操 10:20 ～ 10:30 授業時間 10:30 ～ 11:30
- 入館11：20 めだかクラブ 11:40 ～ 12:20
- SD3 準備体操 11:40 ～ 11:50 指導時間 11:50 ～ 12:50
- 入館時間 13:30 らくらく A･C 13:30 ～ 15:30 最終入館 14:40 退館時間 15:30

らくらくA	月･水･金	10:00～13:00
	火･木	11:00～13:00
	月～金	13:30～15:30
	月～金	19:30～21:30
	土	9:30～11:30
	土	18:30～20:30
	日	13:30～15:30
らくらくB	月～金	13:30～15:30
らくらくC	月～金	19:30～21:30
	土	9:30～11:30
	土	18:30～20:30
	日	13:30～15:30

2023年12月1日～2024年3月22日

登録以外の時間を利用される場合はその都度550円を受付でお支払いください。
※らくらくコースの方は13回目以降1回220円が加算されます。