

	A	B
C	D	E

…専用利用なし ※全6コース 水深(1.1m~1.3m)
 …専用利用あり コース詳細は下記一覧をご覧ください

新年あけましておめでとうございます。
 本年もよろしくお願いたします。

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	備	考
1	水	休館日													
2	木	休館日													
3	金	休館日													
4	土							基本A		基本B					
5	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業	
6	月							基本A		基本B				NESPA DAY	
7	火			専用D				基本A		基本B				スムーズな股関節に！水中エクササイズ	
8	水			ファンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック水泳(小学生)	
9	木							基本A		基本B					
10	金							基本A		基本B					
11	土							基本A		基本B					
12	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業	
13	月							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業	成人の日
14	火			専用D				基本A		基本B				スムーズな股関節に！水中エクササイズ	
15	水			ファンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック水泳(小学生)	
16	木							基本A		基本B					
17	金							基本A		基本B					
18	土							基本A		基本B					
19	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業	
20	月							基本A		基本B				NESPA DAY	
21	火			専用D				基本A		基本B				スムーズな股関節に！水中エクササイズ	
22	水			ファンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック水泳(小学生)	
23	木							基本A		基本B					
24	金							基本A		基本B					
25	土							基本A		基本B					
26	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業	
27	月	休館日													
28	火			専用D				基本A		基本B				スムーズな股関節に！水中エクササイズ	
29	水			ファンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック水泳(小学生)	
30	木							基本A		基本B					
31	金							基本A		基本B					

基本	
開館~15時	
1	⇔水中歩行⇔
2	→水泳→
3	←水泳←
4	
5	自由コース(3コース)
6	

基本A	
15時~17時	
1	⇔水泳⇔
2	→水泳→
3	←水泳←
4	
5	自由コース(3コース)
6	

基本B	
17時~閉館	
1	⇔水泳⇔
2	→水泳→
3	←水泳←
4	→水泳→
5	
6	自由コース(2コース)

専用C	
ビギナー・ベーシック水泳	
1	
2	専用利用
3	
4	→水泳→
5	
6	自由コース(2コース)

専用D	
スムーズな股関節に！水中エクササイズ	
1	
2	専用利用
3	←水泳←
4	→水泳→
5	
6	自由コース(2コース)

専用E	
学童用 幼児用	
1	
2	
3	
4	
5	
6	



	A	B
C	D	E

…専用利用なし
…専用利用あり

※全6コース 水深(1.1m~1.3m)
コース詳細は下記一覧をご覧ください

★コース設定は、利用状況により
適宜変更させていただく場合がございます。

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	備考
1	土							基本A		基本B				
2	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
3	月							基本A		基本B				NESPA DAY
4	火			専用D				基本A		基本B				スムーズな股関節に！水中エクササイズ
5	水			フンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック（小学生）水泳教室
6	木							基本A		基本B				
7	金							基本A		基本B				
8	土							基本A		基本B				
9	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
10	月	休館日												
11	火・祝							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
12	水			フンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック（小学生）水泳教室
13	木							基本A		基本B				
14	金							基本A		基本B				
15	土							基本A		基本B				
16	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
17	月							基本A		基本B				NESPA DAY
18	火							基本A		基本B				
19	水			フンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック（小学生）水泳教室
20	木							基本A		基本B				
21	金							基本A		基本B				
22	土							基本A		基本B				
23	日							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
24	月・祝							基本A	基本B		閉館			午後6時まで営業
25	火							基本A		基本B				
26	水			フンポイント アドバイス				基本A	専用C		基本B			ビギナー・ベーシック（小学生）水泳教室
27	木							基本A		基本B				
28	木							基本A		基本B				
29	金							基本A		基本B				

基本	
	開館～15時
1	⇄水中歩行⇄
2	→水泳→
3	←水泳←
4	
5	自由コース（3コース）
6	

基本A	
	15時～17時
1	⇄水泳⇄
2	→水泳→
3	←水泳←
4	
5	自由コース（3コース）
6	

基本B	
	17時～閉館
1	⇄水泳⇄
2	→水泳→
3	←水泳←
4	→水泳→
5	
6	自由コース（2コース）

専用C	
	ビギナー・ベーシック水泳
1	
2	専用利用
3	
4	→水泳→
5	
6	自由コース（2コース）

専用D	
	動作改善水中エクササイズ
1	
2	専用利用
3	←水泳←
4	→水泳→
5	
6	自由コース（2コース）

専用E	
1	
2	専用利用
3	
4	
5	
6	自由コース

