【宮崎台】2026年8月1日～ プール利用可能コースについて

2026/7/30 更新

月曜日

プール（5コース）

- ベビースイミング 10:00～10:45
- MOVE BODY AQUA30 11:30～12:00 田中 真樹子
- BODY MAIKE SWIME 12:15～12:45 田中真樹子
- キッズスイミング 15:30～16:30
- ジュニアⅠスイミング 16:30～17:30
- ジュニアⅡスイミング 17:30～18:30
- ジュニアⅢスイミング 18:35～19:35
- 成人利用可能コース 15:00～16:15 3コース
- 成人利用可能コース 16:15～17:15 1.5コース
- 成人利用可能コース 17:15～18:15 1コース
- 18:15～20:05 0コース

火曜日

プール（5コース）

- 【有料】スイミングスクール中上級 11:50～12:35 浜田 貴夫
- 【有料】スイミングスクール初級 13:00～13:45 浜田 貴夫
- 【有料】スイミングスクール上級 13:50～14:35 浜田 貴夫
- キッズスイミング 15:30～16:30
- ジュニアⅠスイミング 16:30～17:30
- ジュニアⅡスイミング 17:30～18:30
- ジュニアⅢスイミング 18:35～19:35
- 成人利用可能コース 15:00～16:15 3コース
- 成人利用可能コース 16:15～17:15 1.5コース
- 成人利用可能コース 17:15～18:15 1コース
- 18:15～20:05 0コース

水曜日

プール（5コース）

- ベビースイミング 10:00～10:45
- 【無料】初級スイム 11:15～11:45 吉次 恭祐
- 【有料】4泳法基礎マスター45 11:50～12:35 吉次 恭祐
- アクアダンス45 14:00～14:45 吉田 賢一
- キッズスイミング 15:30～16:30
- ジュニアⅠスイミング 16:30～17:30
- ジュニアⅡスイミング 17:30～18:30
- ジュニアⅢスイミング 18:35～19:35
- 成人利用可能コース 15:00～16:15 2.5コース
- 成人利用可能コース 16:15～17:15 2コース
- 成人利用可能コース 17:15～18:15 1コース
- 18:15～20:05 0コース

木曜日

プール（5コース）

- 【有料】らくらく背泳ぎ 10:55～11:40 吉次 恭祐
- 【有料】すいすい平泳ぎ 11:45～12:30 吉次 恭祐
- ウォーク＆ジョグ30 13:00～13:30 田中 真樹子
- MOVE BODY AQUA30 13:40～14:10 田中 真樹子
- キッズスイミング 15:30～16:30
- ジュニアⅠスイミング 16:30～17:30
- ジュニアⅡスイミング 17:30～18:30
- ジュニアⅢスイミング 18:35～19:35
- 成人利用可能コース 15:00～16:15 3コース
- 成人利用可能コース 16:15～17:15 2コース
- 成人利用可能コース 17:15～20:05 0コース

金曜日休館日

土曜日

プール（5コース）

▼キッズ 3～5コース使用

- キッズスイミング 9:00～10:00
- キッズスイミング 10:00～11:00
- キッズスイミング 11:00～12:00
- ベビースイミング 12:30～13:15
- ジュニアⅠスイミング 13:45～14:45
- ジュニアⅠスイミング 14:45～15:45
- ジュニアⅡスイミング 15:45～16:45
- ジュニアⅢスイミング 16:50～17:50
- 成人利用可能コース 9:30～11:00 2コース
- 成人利用可能コース 11:00～12:00 3コース
- 成人利用可能コース 12:00～13:30 2コース
- 成人利用可能コース 13:30～14:30 3コース
- 成人利用可能コース 14:30～15:30 3コース
- 成人利用可能コース 15:30～16:30 1コース
- 16:30～18:20 0コース

日曜日

プール（5コース）

▼キッズ 3～5コース使用

- ジュニアⅢスイミング 9:00～10:00
- ジュニアⅡスイミング 10:00～11:00
- ジュニアⅠスイミング 11:00～12:00
- ジュニアⅠスイミング 12:00～13:00
- キッズスイミング 13:00～14:00
- キッズスイミング 14:00～15:00
- MOVE BODY AQUA45 15:35～16:20 榎木 海帆
- 成人利用可能コース 9:30～10:00 0コース
- 成人利用可能コース 10:00～11:00 0コース
- 成人利用可能コース 11:00～12:00 2.5コース
- 成人利用可能コース 12:00～13:00 3コース
- 成人利用可能コース 13:00～14:00 3コース
- 成人利用可能コース 14:00～15:30 3コース

キッズ時間における成人利用可能コース
1コースの場合 12.5mウォーキングコース / 12.5m初心者コース
2コースの場合 上記＋25m一般コース
3コースの場合 25mウォーキング、25m初心者、25m一般コース

成人ウォーキング	成人初心者

成人一般	
成人ウォーキング	成人初心者

成人一般
成人初心者
成人ウォーキング

●成人会員様プールエリアご利用可能コースについて
・下記時間はキッズスクール実施に伴い、成人会員様はプールのご利用はいただけません。
【月曜日・火曜日・水曜日・木曜日17:15～20:05／土曜日8:00～9:30、16:30～18:20／ 日曜日8:00～11:00】
・キッズスクールは1週目～4週目に開講いたします。祝日につきましても通常どおりキッズスクールは開講となります。
・キッズ実施時間中、当日の出席状況によりコース数に変更がある場合もございます。
・成人レッスン（アクアビクス・スイムスクール等）実施時もレッスンコースとして、参加人数に応じて1コース～3コース利用させていただきます。
・ジャグジープール、採暖室はキッズスクール実施時でもご利用可能となっております。

●この『成人プール利用可能コース表は≪毎月一日≫に更新されます