

あきる野市民プール

プール予定表（3月後半） 2025年3月7日現在

日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
16	日	1	往復コース											
		2	往復コース											
		3	自由遊泳区域											
		4	自由遊泳区域											
		5	自由遊泳区域											
		6	障がい者・歩行者優先コース											
17	月	1	水中健康 体操	エンジョイ 水中運動	4泳法 マスター	はじめてよう スイミング	アクアピクス	秋留台	ティニー タイニー	自由遊泳区域				
		2	往復コース						秋留台	往復コース				
		3	往復コース						往復コース					
		4	往復コース						往復コース					
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											
18	火	1	自由遊泳区域							キッズ 火曜日	ジュニア 火曜日	自由遊泳区域		
		2	自由遊泳区域							自由遊泳区域				
		3	往復コース											
		4	往復コース											
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											
19	水	1	さくら会	自由遊泳区域				ティニー タイニー	キッズ 水曜日	ジュニア 水曜日	初心者 スイミング			
		2	往復コース				往復コース							
		3	往復コース											
		4	往復コース											
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											
20	木	1	往復コース											
		2	往復コース											
		3	自由遊泳区域											
		4	自由遊泳区域											
		5	自由遊泳区域											
		6	障がい者・歩行者優先コース											
21	金	1	すいれん	自由	水中運動金曜	自由遊泳区域			ジュニア 金曜日	自由	ウキ浮き エクササイズ			
		2	往復				往復							
		3	往復コース				往復コース							
		4	往復コース				往復コース							
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											
22	土	1	往復	ちびっこ 土曜日	キッズ 土曜日	ジュニア 土曜日	往復コース							
		2	往復						往復コース					
		3	秋留台						往復					
		4	自由	往復コース				自由遊泳区域						
		5	自由遊泳区域											
		6	優先	自由遊泳区域				障がい者・歩行者優先コース						
23	日	1	往復コース											
		2	往復コース											
		3	自由遊泳区域											
		4	自由遊泳区域											
		5	自由遊泳区域											
		6	障がい者・歩行者優先コース											

自由遊泳区域
往復コース
団体利用
教室

《ワンポイントアドバイス》 毎週 土 曜日 11時～11時50分
 泳ぎの練習や、自身では気付きにくい泳ぎの修正などアドバイスいたします！
 料金は施設利用料のみのためアドバイス料はかかりません。
 プールサイドにある予約表に名前をご記入ください。詳しくはスタッフまで！！



あきる野市民プール

プール予定表（3月後半） 2025年3月7日現在

日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
24	月	1	水中健康 体操	エンジョイ 水中運動	4泳法 マスター	はじめよう スイミング	アクアピクス		秋留台	ティニー タイニー	自由遊泳区域			
		2					往復コース							
		3	往復コース						秋留台	往復コース				
		4							往復					
		5	自由遊泳区域											
		6												
25	火	1	休館日											
		2												
		3												
		4												
		5												
		6												
26	水	1	自由	秋留台		自由遊泳区域			ティニー タイニー	キッズ 水曜日	ジュニア 水曜日	初心者 スイミング		
		2		往復コース										
		3	往復	往復コース										
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
27	木	1	すいすい 水泳	秋留台		さざんか		自由遊泳区域		プレジール		自由		
		2	往復コース											
		3	往復	往復コース										
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
28	金	1	すいれん		秋留台	水中運動金曜		自由遊泳区域		ジュニア 金曜日	自由		ウキ浮き エクササイズ	
		2			往復コース									
		3	往復	秋留台	往復コース									
		4		往復										
		5	自由遊泳区域											
		6												
29	土	1	往復	ちびっこ 土曜日	キッズ 土曜日	ジュニア 土曜日	往復コース							
		2												
		3	自由	秋留台		往復		自由遊泳区域						
		4		往復コース										
		5	自由遊泳区域											
		6	優先	自由遊泳区域					障がい者・歩行者優先コース					
30	日	1	往復コース											
		2												
		3												
		4												
		5												
		6												
障がい者・歩行者優先コース														
31	月	1	水中健康 体操	エンジョイ 水中運動	4泳法 マスター	はじめよう スイミング	自由遊泳区域			ティニー タイニー	自由遊泳区域			
		2												
		3	往復	秋留台		往復コース								
		4		往復コース										
		5	自由遊泳区域											
		6												

自由遊泳区域
往復コース
団体利用
教室

《エンジョイ水中運動》 毎週 月 曜日 11時～11時50分
 楽しく体を動かして健康増進！体力・筋力維持向上のある水中運動を
 音楽に合わせて行います。 料金は施設利用料のみでご参加いただけます。



◇10月～3月までの営業時間は10時～20時までとなります。
 ◇団体予約状況により、予定が変更になる場合がございます。詳しくは事務所窓口までお問い合わせください。