あきる野市民プール プール予定表(10月後半) 2025年10月1日現在

	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19 20		
16	木	1	すいすい	水	麗会	zk⅓	使盟	白山游	沙区博	プレジ	ジール	自由		
		2	水泳] 往復:	コース	1312	3%///		自由遊泳区域					
		3	往復			1		1	注復コー	ス				
		4 5					4 1 11							
		6	自由遊泳区域											
		1	オハ	れん	自由	水中週	動金曜	マー	メイド	ジュニア	自由	ウキ浮き		
17	金	2	90	14 670			往復二	コーマ		金曜日		エクサ サイズ		
		3	往	i復コー	ス					ı í	主復コー	·ス		
		<u>4</u> 5				J								
		6					自由遊	遊泳区域						
		1	分怎	ちびっこ	キッズ	ジュニア	秋留台							
18	土	2	往復	土曜日	土曜日	土曜日	往復	I	1.	主復コー	· 🗸			
		3		往復"	コース	秋留台	上版							
		4	自由	1210		往復			自由遊泳区域					
		5 6		1 自	由遊泳区	∑域								
		1	一一一一						·// 1百 · 少	IJ 百 燮儿。				
		2	往復コース											
10	В	3	自由遊泳区域											
19		4												
		5				0 42 4	<i>*</i> 1.	(二) 医生						
		6 1			<u> </u>	障に	がい者・歩 アクア		コース		1			
	月	2	水中健康 体操	エンジョイ 水中運動	自由遊	泳区域			自由	ティニー タイニー	自由遊	遊泳区域		
		3		(子/与-			1 往復日	コース		分生				
20		4		仕復.	コース									
		5	自由遊泳区域											
		6												
	火	1 2			自由遊	泳区域			キッズ 火曜日	ジュニア 火曜日	自由遊	遊泳区域		
		3		(分/信力・ファント) 秋留台							/->/=			
21		4	- 往復コース 全復コース 往復コース 往復コース								コース			
		5	自由遊泳区域											
		6	日田姓冰区坞											
22	水	2			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		
		3												
		4	全復コース 自由遊泳区域											
		5												
		6						アルロリ						
23	木	1				水汤	k連盟 T	自由	秋留台	プレ	ジール	自由		
		2				すいすい 水泳			往復	秋留台				
		3	小点	学校プー	ール	往復	往復日	コース		往復	往復	コース		
		5												
		6	自由遊泳区域											
	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19 20		

★当日参加型教室のご案内 ★

《エンジョイ水中運動》

毎週月曜日 11時~11時50分

音楽に合わせて水中運動を行います。楽しく体を 動かして健康増進!体力、筋力の維持・向上! 心も身体も健康に!

《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。 プールサイドにある予約表に名前をご記入 ください。



※施設使用料のみで参加できます。皆様のご参加をお待ちしております。

あきる野市民プール

プール予定表(10月後半) 2025年10月1日現在

	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19 20		
24	金	1	₫()	れん	自由遊泳区域			マー	マーメイド シュコ		自由	ウキ浮き エクササイズ		
		2	ライコの 日田畑小区場					全復コース 全曜日 日田 エクササイス						
		4		往	E復コー	ス		往復コース						
		5					白山流	┆ ┆泳ເ▽╁ホ		L				
		6	自由遊泳区域											
25	土	2	往復	ちびっこ 土曜日	キッズ 土曜日	ジュニア 土曜日	秋留台		í	主復コー	ス			
		3		分/怎=	¬_ ¬	秋留台	往復							
		4	自由	仕伐-	コース	往復	自由	自由遊泳区域						
		5	優先	1 自	由遊泳▷	区域								
		6	愛兀	障がい者・歩行者優先コース										
26		2	往復コース											
		3	d d √4.7.2 = 1.42											
		<u>4</u> 5		自由遊泳区域										
		6	障がい者・歩行者優先コース											
	月	1	水中健康	エンジョイ水	4泳法	はじめよう	アクア	ビクス	自由	ティニー タイニー	白中流	5泳区域		
27		2	体操	中運動	マスター	スイミング	往復二	コース		91=-				
		3		往復日	コース				7	往復	コース			
		5					中山流	多沙区域						
		6						小区以	•					
	火	1 2												
		3	休館日											
28		4												
		5 6												
		1				-L \ 	- 1 -12			キッズ	ジュニア	初心者		
	水	2				由遊泳区	公 域			水曜日	水曜日	スイミング		
29		3												
		<u>4</u> 5												
		6					自由遊	遠泳区域	•					
30	木	1			自由遊泳区域 秒					留台	自由遊泳区域			
		2		往往						コース				
		4		往復コース						 往復コース				
		5												
		6												
31	金	2		自由遊泳区域 りょこア 自由遊泳区域										
		3	<u> </u>											
		4	「											
		5 6	自由遊泳区域											
В	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19 20		
	自	由遊泳区	域	往	復コース		Ī	体利用			教室			

^{◇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。

[◇]都合により、教室の開催を中止する可能性がございます。