

# あきる野市民プール

## プール予定表（5月後半） 2026年5月1日現在

| 日  | 曜日 | コース | 10            | 11            | 12          | 13             | 14          | 15    | 16             | 17          | 18            | 19           | 20    | 21 |  |  |
|----|----|-----|---------------|---------------|-------------|----------------|-------------|-------|----------------|-------------|---------------|--------------|-------|----|--|--|
| 16 | 土  | 1   | 往復            | ちびっこ<br>土曜日   | キッズ<br>土曜日  | ジュニア<br>土曜日    | 往復コース       |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 自由            | 秋留台高校         |             | 往復             | 自由遊泳区域      |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 4   |               | 往復            |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             | 障がい者・歩行者優先コース |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   | 優先            |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 17 | 日  | 1   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 4   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 障がい者・歩行者優先コース |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 18 | 月  | 1   | 水中<br>健康体操    | エンジョイ<br>水中運動 | 4泳法<br>マスター | はじめよう<br>スイミング | アクアビクス(月)   | 秋留台   | ティニー<br>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   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 19 | 火  | 1   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       | キッズ<br>火曜日     | ジュニア<br>火曜日 | 自由遊泳区域        |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 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   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 20 | 水  | 1   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       | ティニー<br>タイニー   | キッズ<br>水曜日  | ジュニア<br>水曜日   | 初心者<br>スイミング | 自由遊泳  |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 4   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 21 | 木  | 1   | すいすい<br>水泳    | 自由遊泳区域        | さざんか        | 自由             | 秋留台         | プレジール | 自由遊泳区域         |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             | 往復            | 秋留台          | 往復コース |    |  |  |
|    |    | 4   |               |               |             |                |             |       |                |             | 往復            |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 22 | 金  | 1   | すいれん          | 自由            | 水中運動金曜      | マーメイド          | ジュニア<br>金曜日 | 自由    | ウキ浮き<br>エクササイズ | 自由遊泳        |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             | 往復コース         |              |       |    |  |  |
|    |    | 4   | 往復コース         |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
| 23 | 土  | 1   | 往復            | ちびっこ<br>土曜日   | キッズ<br>土曜日  | ジュニア<br>土曜日    | 往復コース       |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 2   |               |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 3   | 自由            | 秋留台高校         |             | 往復             | 自由遊泳区域      |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 4   |               | 往復            |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |               |             |                |             |       |                |             | 障がい者・歩行者優先コース |              |       |    |  |  |
|    |    | 6   | 優先            |               |             |                |             |       |                |             |               |              |       |    |  |  |

### ★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。



# あきる野市民プール

## プール予定表（5月後半） 2026年5月1日現在

| 日  | 曜日 | コース | 10            | 11        | 12      | 13         | 14        | 15            | 16           | 17      | 18         | 19 | 20 | 21 |  |  |
|----|----|-----|---------------|-----------|---------|------------|-----------|---------------|--------------|---------|------------|----|----|----|--|--|
| 24 | 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 |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 25 | 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 | アクアビクス(月) | 秋留台           | ティニー<br>ティニー | 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        |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 26 | 火  | 1   | 休館日           |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 2   |               |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 3   |               |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 4   |               |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 5   |               |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 6   |               |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 27 | 水  | 1   | さくら会          | 自由遊泳区域    |         |            |           | ティニー<br>ティニー  | キッズ水曜日       | ジュニア水曜日 | 初心者スイミング   | 自由 |    |    |  |  |
|    |    | 2   | 往復コース         |           |         |            | 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        |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 28 | 木  | 1   | すいすい水泳        | 水麗会       | さざんか    |            | 自由        | 秋留台           | プレジール        |         | 自由遊泳区域     |    |    |    |  |  |
|    |    | 2   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 往復           | 往復コース   |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 3   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 往復           | 秋留台     | 往復コース      |    |    |    |  |  |
|    |    | 4   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 往復           | 往復コース   |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 5   | 自由遊泳区域        |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 6   | 自由遊泳区域        |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 29 | 金  | 1   | すいれん          | 自由        | 水中運動金曜  |            | マーメイド     |               | ジュニア金曜日      | 自由      | ウキ浮きエクササイズ | 自由 |    |    |  |  |
|    |    | 2   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 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        |           |         |            |           |               |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 30 | 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   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 往復コース        |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 3   | 往復コース         |           |         |            |           |               | 往復コース        |         |            |    |    |    |  |  |
|    |    | 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 |              |         |            |    |    |    |  |  |
| 31 | 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

◇4月～9月までの営業時間は10時～21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。