

あきる野市民プール

プール予定表（1月後半） 2025年1月4日現在

日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
16	木	1	休館日 (熱交換器修繕)											
		2												
		3												
		4												
		5												
		6												
17	金	1	休館日 (熱交換器修繕)											
		2												
		3												
		4												
		5												
		6												
18	土	1	往復	秋留台	往復コース									
		2	往復											
		3												
		4	自由	自由遊泳区域										
		5	障がい者・歩行者優先コース											
		6	障がい者・歩行者優先コース											
19	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	障がい者・歩行者優先コース											
20	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	秋留台	ティニー タイニー	自由遊泳区域				
		2							往復		自由遊泳区域			
		3	往復コース							秋留台	往復コース			
		4								往復	往復コース			
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											
21	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			
		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											
22	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												
		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											
23	木	1	すいすい 水泳	自由遊泳区域	さざんか	自由	秋留台	プレジール	自由					
		2			往復コース		往復							
		3	往復コース					往復	秋留台	往復コース				
		4						往復	往復	往復コース				
		5	自由遊泳区域											
		6	自由遊泳区域											

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（1月後半） 2025年1月4日現在

日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
24	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		
		2												
		3	往復コース											
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
25	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	秋留台高校		往復		自由遊泳区域							
		4	自由	往復コース										
		5												
		6	優先	自由遊泳区域				障がい者・歩行者優先コース						
26	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												
27	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			ティニータイム	自由遊泳区域			
		2												
		3	往復コース											
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
28	火	1	休館日											
		2												
		3												
		4												
		5												
		6												
29	水	1	自由遊泳区域						ティニータイム	キッズ水曜日	ジュニア水曜日	初心者スイミング		
		2												
		3	往復コース						秋留台		往復コース			
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
30	木	1	すいすい水泳	自由遊泳区域		さざんか		自由	秋留台	プレジール		自由		
		2												
		3	往復コース				往復		往復	秋留台	往復コース			
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												
31	金	1	すいれん		自由	水中運動金曜		自由遊泳		ジュニア金曜日	自由	ウキ浮きエクササイズ		
		2												
		3	往復コース											
		4												
		5	自由遊泳区域											
		6												

《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。