

スパ&スポーツユア-我孫子 プールご利用コース・アクアレックススケジュール

2011年10月～

コース	火曜日							水曜日							木曜日							金曜日							土曜日							日曜日							コース												
	1	2	3	4	5	6	7	可動床プール	1	2	3	4	5	6	7	可動床プール	1	2	3	4	5	6	7	可動床プール	1	2	3	4	5	6	7	可動床プール	1	2	3	4	5	6	7	可動床プール	1	2		3	4	5	6	7	可動床プール	1	2	3	4	5	6
8:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
9:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
10:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
11:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
12:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
13:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
14:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
15:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
16:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
17:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
18:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
19:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
20:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
21:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														
22:00	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	25Mプール							可動床プール	コース														

... 歩行専用コース
↓ 25mスイム専用コース
↻ 50mスイム専用コース
OP ワンポイントレッスン

※ご利用コースは変更となる場合もございます。
 ※アクアレックスの水深は基本的に1.1mとなります。1.1m以外の水深の場合のみ、記入しています。

- エアロビクス系
- 筋カトレニング系
- リラクゼーション・調整系
- 有料レッスン

予約 ご予約が必要なレッスンです。フロントにて予約ゴムをお受け取り下さい。