プール利用コース・時間帯 （フィットネス会員）

2017年7月21日～8月25日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00	※ 夏休み短期教室 実施中					歩行・スイム	歩・ス / スイム / ロング / 歩・ス / スイム / スイム / 歩行・スイム / 歩行専用
10:00						↑9:45	↑9:20 / 10:20→ 変更しています→
11:00	↓11:10	↓11:10	↓11:10	↓11:10	↓11:10	↓11:05	↑11:15
12:00	12:20↓	12:20↓	↓12:20	12:20↓	↓12:20	↑12:00 / ↓12:45	12:30↓
13:00	ロング / スイム / 歩・ス / スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	13:10↓ / スイム / 歩行・スイム / スイム / 歩行・スイム / ↑13:00	↑12:30 / 歩行・スイム / スイム / 歩行専用	↓13:10 / 歩・ス / ス / ↑13:30 / 歩行・スイム / スイム / ↓13:30 / 歩行専用	↑13:00 / 歩行・スイム / スイム / 歩行専用	↑13:15 / 歩行・スイム	13:20↑ / スイム / 歩行・スイム
14:00	14:15→ / スイム	↑14:15 / 14:15↓	14:20↑ / スイム	14:15→ / 歩行・スイム	↑14:15 / スイム	歩行専用	※ 夏休み 短期教室 実施中
15:00	15:20↑ / 歩行・スイム / 歩行専用	15:20↑ / スイム / 歩行・スイム	15:20↑ / 歩行専用	15:20→ / スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	15:20→ / スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	15:20↑	↓15:30
16:00	16:20↑	16:20↑		16:20↑	16:20↑		歩・スイム / ロング / スイム / 歩行・スイム / スイム / 歩行・スイム / 歩行専用 / 16:30↓
17:00						17:30↓	
18:00	18:30↓	18:30↓	18:30↓	18:30↓	18:30↓		
19:00	19:30↓ / スイム / 歩行・スイム	19:30↓ / スイム / 歩行・スイム	スイム / 歩行・スイム	19:30↓ / スイム / 歩行・スイム	19:30↓ / スイム / 歩行・スイム	スイム / 歩行・スイム	スイム / 歩行・スイム
20:00	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行・スイム / 歩行専用	スイム / 歩行専用
21:00	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム	ロング / スイム / 歩行・スイム
21:30							

● プール利用時の注意点

- 水着・水泳帽を着用下さい
- 装飾品（ネックレス・時計・眼鏡）ははずして泳いでください
- 化粧をよく落とし、準備運動を行ってシャワーを浴びてからお入り下さい
- プールサイドで走ったり、飛び込んだりしないで下さい
- その他、スタッフの指示に従ってご利用下さい
- レッスンの参加数によりコースを変更させて頂く事があります。

● 7月の休館日は15日16日17日です。

● 8月の休館日は15日16日17日です。

● 9月の休館日は15日16日です。

フィットネス会員の方は
□□ 内にてプールを ご利用いただけます。

ライフスポーツＫＴＶ豊中
TEL06-6849-8181

※短期・イベントにて、プールの利用コースに変更がある場合はPOPにてお知らせいたします