

2026年7月 大宮前体育館プールコース予定表

TEL03-3334-4618

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

1	水	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
2	木	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
3	金	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
4	土	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
5	日	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
6	月	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
7	火	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
8	水	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
9	木	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							
10	金	1J-λ	終日利用可能						
		2J-λ							
		3J-λ							
		4J-λ							
		歩行							

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

11	土	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
12	日	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
13	月	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
14	火	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
15	水	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
16	木	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
17	金	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
18	土	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
19	日	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						
20	祝月	1J-λ	終日利用可能					
		2J-λ						
		3J-λ						
		4J-λ						
		歩行						

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

21	火	1ｺｰｽ	休館日
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
22	水	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
23	木	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
24	金	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
25	土	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
26	日	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

27	月	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
28	火	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
29	水	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
30	木	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
31	金	1ｺｰｽ	終日利用可能
		2ｺｰｽ	
		3ｺｰｽ	
		4ｺｰｽ	
		歩行	
<p>7月は、貸切およびレッスンはございません。 そのためコースは全日、一般開放となります。 大宮前プールの次回のレッスン開催予定は9/29からです。 皆様のご参加を心よりお待ちしております。</p>			

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

自由遊泳コース	1ｺｰｽ	歩く・浮く・泳ぐ等練習もできる自由なコースです。
25m完泳 片道一方通行	2ｺｰｽ	時計側から幼児プール側に向かって一方通行で泳いでいただけるコースです。 譲り合ってください。/追い抜き・ターン禁止
25m完泳 片道一方通行	3ｺｰｽ	幼児プール側から時計側に向かって一方通行で泳いでいただけるコースです。 譲り合ってください。/追い抜き・ターン禁止
連続泳周回コース	4ｺｰｽ	右側通行/50m以上泳ぐ方のためのコースです。 譲り合ってください。/追い抜き禁止
歩行専用コース	歩行	右側通行/歩くための専用コースです。泳がないでください。 ※身体の不自由な方が泳ぐこともあります。 ※小さなお子様をお連れの方は抱っこかおんぶをして一緒にご利用ください。