Main schedule table with columns for days of the week (火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日, 土曜日, 日曜日) and rows for time slots (9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00). Includes program names like 'アクアピクス', 'ヨガ', '太極拳', and instructor names.

★インストラクター定番スケジュールです。なお、変更となる場合がございます。ロッカー前掲示板・HPにてご確認ください。★祝日は特別スケジュールとなります。

★アクアプログラムは参加者が12名を超える場合、2レーン使用します。★アクアプログラム毎週金曜日 13:30~14:15 オレンジコースは、4レーン使用します。(中級2レーン使用)★アクアプログラムは開始から10分以降の途中参加はご遠慮下さい。

【下記3レッスンは月単位の有料レッスンとなります】

- 毎週火曜日 13:00~14:00 OYZスクール
●毎週火曜日 19:10~20:10 オリジナルステップ
●毎週水曜日 11:30~12:30 デジタル成人水泳教室

ご参加にはフロントにてお申し込みが必要となります。詳しくは、お電話またはスタッフにお問い合わせください。