

2026年10月 プールコース利用状況

基本のコースレイアウト※教室や団体利用（月・木）の際には変更があります
1:歩き 2 & 3:フリー 4 & 5:一方通行 6:続けて泳ぐ

教室

団体

イベント

※毎時50分～10分間は休憩時間

曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	
1日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
2日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	→ 一方通行	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
3日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	← 一方通行														
	5	← 一方通行										→ 一方通行				
	6	←										→				
4日 (日)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	← 一方通行														
	5	← 一方通行										→ 一方通行				
	6	←										→				
5日 (月)	1	休館日														休館日
	2															
	3															
	4															
	5															
	6															
6日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
7日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	← 一方通行	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
8日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
9日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	→ 一方通行	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
10日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	← 一方通行														
	5	← 一方通行										→ 一方通行				
	6	←										→				
11日 (日)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
12日 (月)	1	ウォーキング														祝日
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	← 一方通行														
	5	← 一方通行										→ 一方通行				
	6	←										→				
13日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
14日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	← 一方通行	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
15日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	5	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
	6	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←		
曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	

2026年10月 プールコース利用状況

基本のコースレイアウト※教室や団体利用（月・木）の際には変更があります
1:歩き 2&3:フリー 4&5:一方通行 6:続けて泳ぐ

教室

団体

イベント

※毎時50分～10分間は休憩時間

曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	
16日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース														
	3											← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復		←	一方通行		往復		← 一方通行		← 一方通行	→			
	5	→ 一方通行				一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		←		
	6				往復					往復		【お急ぎ】 一方通行		→		
17日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3															
	4	←														
	5	一方通行										→				
	6									往復						
18日 (日)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3															
	4	←														
	5	一方通行										→				
	6	一方通行														
19日 (月)	1															休館日
	2															
	3															
	4															
	5															
	6															
20日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復		←	一方通行		往復		← 一方通行		← 一方通行	→				
	5				一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行		→			
	6				往復				往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
21日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復		← 一方通行		往復		← 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行	→				
	5	一方通行			一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		→			
	6	往復			往復				往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
22日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復		←	一方通行		往復		← 一方通行		← 一方通行	→				
	5				一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行		→			
	6			往復					往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
23日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復		← 一方通行		往復		← 一方通行		← 一方通行	→				
	5	→ 一方通行				一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		←		
	6				往復					往復		【お急ぎ】 一方通行		→		
24日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3															
	4	←														
	5	一方通行										→				
	6									往復						
25日 (日)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3															
	4	←														
	5	一方通行										→				
	6	一方通行														
26日 (月)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3											← 一方通行				
	4	←			一方通行				→		← 【お急ぎ】 一方通行		→			
	5				一方通行				往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
	6		往復						往復							
27日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復		←	一方通行		往復		← 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行	→				
	5				一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		→			
	6				往復				往復							
28日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復		← 一方通行		往復		← 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行	→				
	5	一方通行			一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		→			
	6	往復			往復				往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
29日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復		←	一方通行		往復		← 一方通行		← 【お急ぎ】 一方通行	→				
	5				一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		→			
	6			往復					往復		【お急ぎ】 一方通行		→			
30日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復		← 一方通行		往復		← 一方通行		← 一方通行	→				
	5	→ 一方通行				一方通行	→			→ 一方通行		【お急ぎ】 一方通行		←		
	6				往復					往復		【お急ぎ】 一方通行		→		
31日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3															
	4	←														
	5	一方通行										→				
	6									往復						
曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	

2026年9月 プールコース利用状況

基本のコースレイアウト※教室や団体利用（月・木）の際には変更があります
1:歩き 2 & 3:フリー 4 & 5:一方通行 6:続けて泳ぐ

教室

団体

イベント

※毎時50分～10分間は休憩時間

曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	
1日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	一方通行			往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5			一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
2日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	←	一方通行			往復				←	一方通行	→				
	5			一方通行	→					← 【お急ぎ】	一方通行					
	6	往復		往復						← 【お急ぎ】	一方通行	→				
3日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	一方通行			往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5			一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
4日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	一方通行		往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5	→ 一方通行			一方通行	→		→ 一方通行			【お急ぎ】	一方通行	←			
	6			往復				往復			【お急ぎ】	一方通行	→			
5日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	←	一方通行				往復									
	5			一方通行	→											
	6			往復												
6日 (日)	1	貸し切りイベント										ウォーキング				
	2											フリーコース				
	3															
	4											← 一方通行				
	5											一方通行				
	6											往復				
7日 (月)	1	休館日														休館日
	2															
	3															
	4															
	5															
	6															
8日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	一方通行			往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5			一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
9日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	←	一方通行			往復				←	一方通行	→				
	5			一方通行	→					← 【お急ぎ】	一方通行					
	6	往復		往復						← 【お急ぎ】	一方通行	→				
10日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	一方通行			往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5			一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
11日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	← 一方通行	往復	←	一方通行		往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5	→ 一方通行			一方通行	→		→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
12日 (土)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4			←				一方通行								
	5							一方通行		→						
	6							往復								
13日 (日)	1	ウォーキング														
	2	フリーコース														
	3	フリーコース														
	4	←	一方通行		往復	←	一方通行		→							
	5		一方通行	→			一方通行									
	6		往復				往復									
14日 (月)	1	ウォーキング										フリーコース				
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	←	一方通行			往復				←	一方通行	→				
	5			一方通行	→					← 【お急ぎ】	一方通行					
	6	往復				往復				← 【お急ぎ】	一方通行	→				
15日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。
	2	フリーコース										← 一方通行				
	3	フリーコース										← 一方通行				
	4	往復	←	一方通行			往復	← 一方通行		←	一方通行	→				
	5			一方通行	→			→ 一方通行		← 【お急ぎ】	一方通行					
	6			往復				往復		← 【お急ぎ】	一方通行	→				
曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考	

2026年9月 プールコース利用状況

基本のコースレイアウト※教室や団体利用（月・木）の際には変更があります
1:歩き 2 & 3:フリー 4 & 5:一方通行 6:続けて泳ぐ

教室 団体 イベント

※毎時50分～10分間は休憩時間

曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考		
16日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース					
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	←					一方通行					往復					
	5	往復					← 一方通行					←【お急ぎ】 一方通行					
	6	往復					往復					【お急ぎ】 一方通行 →					
17日 (木)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。	
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	往復	←					一方通行					往復	← 一方通行			
	5	往復	← 一方通行					往復					→ 一方通行	←【お急ぎ】 一方通行			
	6	往復					往復					往復	←【お急ぎ】 一方通行 →				
18日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。	
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	← 一方通行	往復	←					一方通行					往復	← 一方通行		
	5	→ 一方通行	往復	← 一方通行					往復					→ 一方通行	←【お急ぎ】 一方通行		
	6	往復					往復					往復	←【お急ぎ】 一方通行 →				
19日 (土)	1	ウォーキング															
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
20日 (日)	1	ウォーキング															
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
21日 (月)	1	ウォーキング														祝日	
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
22日 (火)	1	ウォーキング														祝日	
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
23日 (水)	1	ウォーキング														祝日	
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
24日 (木)	1	休館日														休館日	
	2																
	3																
	4																
	5																
	6																
25日 (金)	1	ウォーキング										フリーコース				11:00～11:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。	
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	← 一方通行	往復	←					一方通行					往復	← 一方通行		
	5	→ 一方通行	往復	← 一方通行					往復					→ 一方通行	←【お急ぎ】 一方通行		
	6	往復					往復					往復	←【お急ぎ】 一方通行 →				
26日 (土)	1	ウォーキング															
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
27日 (日)	1	ウォーキング															
	2	フリーコース															
	3											← 一方通行					
	4	←										一方通行					
	5	往復										→					
	6	往復										往復					
28日 (月)	1	ウォーキング										フリーコース					
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	←					一方通行					往復					
	5	往復					←					一方通行					
	6	往復					往復					←【お急ぎ】 一方通行 →					
29日 (火)	1	ウォーキング										フリーコース				10:00～10:50の教室は音楽を使用しますので、予めご了承ください。	
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	往復	←					一方通行					往復	← 一方通行			
	5	往復	← 一方通行					往復					→ 一方通行	←【お急ぎ】 一方通行			
	6	往復					往復					往復	←【お急ぎ】 一方通行 →				
30日 (水)	1	ウォーキング										フリーコース					
	2	フリーコース										← 一方通行					
	3											← 一方通行					
	4	←					一方通行					往復					
	5	往復					←					一方通行					
	6	往復					往復					←【お急ぎ】 一方通行 →					
曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	備考		