

# 2026年7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 (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		← 【お急ぎ】 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		→		
2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				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 (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	→			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 (土)	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						← 一方通行				
	5					一方通行						← 一方通行				
	6						往復					← 一方通行		→		
5日 (日)	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						← 一方通行				
	5					一方通行						← 一方通行				
	6						往復					← 一方通行		→		
6日 (月)	1	休館日														
	2	休館日														
	3	休館日														
	4	休館日														
	5	休館日														
	6	休館日														
7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				一方通行		→					← 【お急ぎ】 一方通行				
	6				往復		往復					← 【お急ぎ】 一方通行		→		
8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		← 【お急ぎ】 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		→		
9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				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 (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	→			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 (土)	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						← 一方通行				
	5					一方通行						← 一方通行				
	6						往復					← 一方通行		→		
12日 (日)	1					ウォーキング						フリーコース			イベント有	
	2					フリーコース						← 一方通行				
	3											← 一方通行				
	4											← 一方通行				
	5											← 一方通行				
	6											← 一方通行		→		
13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											← 【お急ぎ】 一方通行				
	5		←		一方通行							← 【お急ぎ】 一方通行				
	6				一方通行		→					← 【お急ぎ】 一方通行		→		
14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				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 (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		← 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		→		

# 2026年7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 (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					← 一方通行		→			← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
17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				← 一方通行		→			← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
18日 (土)	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				← 一方通行					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
19日 (日)	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					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
20日 (月)	1					ウォーキング						フリーコース			祝日
	2					フリーコース						← 一方通行			
	3											← 一方通行			
	4					← 一方通行					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
21日 (火)	1	<b>休館日</b>													休館日
	2														
	3														
	4														
	5														
	6														
22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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	5					← 一方通行		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
23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				フリーコース				フリーコース		← 一方通行			
	3	往復								往復		← 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		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
24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	フリーコース			フリーコース				フリーコース		← 一方通行			
	3	往復	往復							往復		← 一方通行			
	4					← 一方通行				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	5					← 一方通行		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
25日 (土)	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				← 一方通行					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
26日 (日)	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					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
27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					← 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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
28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				フリーコース				フリーコース		← 一方通行			
	3	往復								往復		← 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		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
29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	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	5					← 一方通行		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
30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				フリーコース				フリーコース		← 一方通行			
	3	往復								往復		← 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		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
31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	フリーコース			フリーコース				フリーコース		← 一方通行			
	3	往復	往復							往復		← 一方通行			
	4					← 一方通行				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	5					← 一方通行		→		往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	
	6					往復				往復	← 一方通行	← 【お急ぎ】 一方通行		→	