

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	→				← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						往復					← 【お急ぎ】 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	→				← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						往復					← 【お急ぎ】 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	→				← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						往復					← 【お急ぎ】 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				← 一方通行		→		
	5											← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						往復					← 【お急ぎ】 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					←	一方通行					← 【お急ぎ】 一方通行		→		
	5						一方通行	→				← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						往復					← 【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					← 一方通行		→		
	5						一方通行	→				← 【お急ぎ】 一方通行				
	6						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	→			
	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	→			
	5			← 一方通行				→			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6				← 一方通行					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	→			
	5			← 一方通行				→			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6				← 一方通行					往復	← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行	→		
21日 (火)	1	休館日														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	→			
	5	← 一方通行			← 一方通行			往復			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6	← 一方通行			← 一方通行					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						← 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			← 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	→		
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	→			
	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	→			
	5			← 一方通行				→			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6				← 一方通行					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	→			
	5			← 一方通行				→			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6				← 一方通行					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						← 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	→			
	5			← 一方通行				往復			← 一方通行	→	← 【お急ぎ】 一方通行			
	6				← 一方通行					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						← 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			← 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	→		