

日	曜日	9:00~	10:00~	11:00~	12:00~	13:00~	14:00~	15:00~	16:00~	17:00~	18:00~	19:00~	20:00~
1	土									泳法指導 1コース			
2	日												
3	月	休 館 日											
4	火			アクアビクス 3コース									
5	水		泳法指導 1コース				水中エクササイズ 2コース						
6	木												
7	金			アクアビクス 3コース				おひさま 1コース(15:30-17:00)					
8	土									泳法指導 1コース			
9	日												
10	月												
11	火			アクアビクス 3コース									
12	水		泳法指導 1コース				水中エクササイズ 2コース						
13	木												
14	金			アクアビクス 3コース						明大中野八王子水泳部 2コース			
15	土									泳法指導 1コース			
16	日												
17	月								明大中野八王子水泳部 2コース				
18	火			アクアビクス 3コース						明大中野八王子水泳部 2コース			
19	水		泳法指導 1コース				水中エクササイズ 2コース			明大中野八王子水泳部 2コース			
20	木												
21	金			アクアビクス 3コース				おひさま 1コース(15:30-17:00)		明大中野八王子水泳部 2コース			
22	土									泳法指導 1コース			
23	日												
24	月								明大中野八王子水泳部 2コース				
25	火			アクアビクス 3コース						明大中野八王子水泳部 2コース			
26	水		泳法指導 1コース				水中エクササイズ 2コース						
27	木												
28	金			アクアビクス 3コース		ほっとスペース八王子 1コース							
29	土												
30	日												

毎週木曜日はシルバータイム(午前9時~午後6時):市内60歳以上1回2時間無料(※要証明書)

毎週土曜日とこどもの日(5月5日)は、子供(中学生以下)1回2時間無料

自由参加型教室(一般開放):利用料金のみでどなたでも気軽に参加できる教室

灰色の日につきましては、団体のご利用が出来ない日になります。個人利用は出来ます。