

下山スポーツセンター 屋内プール開放状況 (11月分)

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00

月	日	曜日	コース										
11	1	金	1	アクア シェイプ		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	2	土	1	サタデー 水泳		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	3	日	1			ウォーキングコース							17時閉館
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	4	月	1			ウォーキングコース							17時閉館
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	5	火	1			休館日							
			2										
			3										
			4										
			5										
			6										
11	6	水	1	アクア エクサ サイズ		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3			自由コース							
			4			アフタヌーン水泳							
			5										
			6			アクア W&F							
11	7	木	1	みんなの 水泳		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	8	金	1	アクア シェイプ		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3			自由コース							
			4			ちびっこ水泳							
			5			ナイト水泳							
			6										
11	9	土	1	サタデー 水泳		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	10	日	1			ウォーキングコース							17時閉館
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	11	月	1			休館日							
			2										
			3										
			4										
			5										
			6										
11	12	火	1	プールde 健康		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3			自由コース							
			4			ちびっこ水泳							
			5			ナイト水泳							
			6										
11	13	水	1	アクア エクサ サイズ		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3			自由コース							
			4			アフタヌーン水泳							
			5										
			6			アクア W&F							
11	14	木	1	みんなの 水泳		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3										
			4			自由コース							
			5										
			6										
11	15	金	1	アクア シェイプ		ウォーキングコース							
			2			スイムコース							
			3			自由コース							
			4			ちびっこ水泳							
			5			ナイト水泳							
			6										

下山スポーツセンター 屋内プール開放状況 (11月分)

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00

月	日	曜日	コース	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00			
11	16	土	1	サタデー 水泳	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5															
			6															
11	17	日	1	ウォーキングコース									17時閉館					
			2	スイムコース														
			3															
			4	自由コース														
			5															
			6															
11	18	月	1	休館日														
			2															
			3															
			4															
			5															
			6															
11	19	火	1	プールde 健康	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		ちびっこ水泳													
			6		ナイト水泳													
11	20	水	1	アクア エクサ サイズ	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		アフタヌーン水泳													
			6		アクア W&F													
11	21	木	1	みんなの 水泳	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		おしえて水泳 13:30~14:30													
			6															
11	22	金	1	アクア シェイプ	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		ちびっこ水泳													
			6		ナイト水泳													
11	23	土	1	ウォーキングコース									17時閉館					
			2	スイムコース														
			3															
			4	自由コース														
			5															
			6															
11	24	日	1	ウォーキングコース									17時閉館					
			2	スイムコース														
			3															
			4	自由コース														
			5															
			6															
11	25	月	1	休館日														
			2															
			3															
			4															
			5															
			6															
11	26	火	1	プールde 健康	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		ちびっこ水泳													
			6		ナイト水泳													
11	27	水	1	アクア エクサ サイズ	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		アフタヌーン水泳													
			6		アクア W&F													
11	28	木	1	ウォーキングコース														
			2	スイムコース														
			3															
			4	自由コース														
			5															
			6															
11	29	金	1	アクア シェイプ	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5		ちびっこ水泳													
			6															
11	30	土	1	サタデー 水泳	ウォーキングコース													
			2		スイムコース													
			3															
			4		自由コース													
			5															
			6															

1コース=スロープ側
6コース= 監視台側

開館時間：平日・土=12時~21時 日・祝=10時~17時

※作成時のコース割となっております。急きよ変更となる場合もありますので、ご了承ください
<< 2024/10/16 作成 >>

下山スポーツセンター トレーニングルーム混雑状況（9/16～10/15集計）

	9時	10時	11時	12時	13時	14時	15時	16時	17時	18時	19時	20時
火	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	White
水	Orange	Orange	Yellow	White	Yellow	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	White
木	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	White	White	Yellow	Yellow	White
金	White	White	White	White	White	White	White	White	White	White	White	White
土	Orange	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Orange	Orange	Yellow	Yellow	Yellow	Yellow	White
日・祝	Orange	Orange	Orange	Yellow	Orange	Orange	Orange	Yellow	17時閉館			

凡例 利用者数20名以上 利用者数30名以上 利用者数40名以上

トレーニングルーム利用者数を1か月で平均し作成しました。
 白色時間帯は利用者数が少ない時間帯です。目安としてご利用ください。