下山スポーツセンター　屋内プール開放状況　5 月

2025/4/27　作成

1コース：スロープ側
6コース：監視台側

ウォーキングコース　スイムコース　自由コース

開館時間：平日･土＝12時～21時　日･祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
5	1	木	1	みんなの水泳											
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	2	金	1	アクアシェイプ											
			2												
			3												
			4												
			5								ちびっこ水泳		ナイト水泳(金)		
			6												
5	3	土	1												
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	4	日	1												
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	5	月	1												
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	6	火	1												
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	7	水	1	休館日											
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	8	木	1	みんなの水泳											
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	9	金	1	アクアシェイプ											
			2												
			3												
			4												
			5								ちびっこ水泳		ナイト水泳(金)		
			6												
5	10	土	1	サタデー水泳											
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												
5	11	日	1												
			2												
			3												
			4												
			5												
			6												

下山スポーツセンター　屋内プール開放状況　5 月

2025/4/27　作成

1コース：スロープ側
6コース：監視台側

ウォーキングコース　スイムコース　自由コース

開館時間：平日･土＝12時～21時　日･祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
5	12	月	1-6	休館日											
5	13	火	1-6	プールde健康							ちびっこ水泳		ナイト水泳(火)		
5	14	水	1-6	アクアエクササイズ				アフタヌーン水泳					アクアW&F		
5	15	木	1-6	みんなの水泳			おしえて水泳 13：30~14：30								
5	16	金	1-6	アクアシェイプ							ちびっこ水泳		ナイト水泳(金)		
5	17	土	1-6	サタデー水泳											
5	18	日	1-6												
5	19	月	1-6	休館日											
5	20	火	1-6	プールde健康							ちびっこ水泳		ナイト水泳(火)		
5	21	水	1-6	アクアエクササイズ				アフタヌーン水泳					アクアW&F		
5	22	木	1-6	みんなの水泳											

下山スポーツセンター　屋内プール開放状況　５ 月

2025/4/27　作成

1コース：スロープ側
6コース：監視台側

ウォーキングコース　スイムコース　自由コース

開館時間：平日･土＝12時～21時　日･祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
5	23	金	1-6	アクアシェイプ									ナイト水泳(金)		
5	24	土	1-6	サタデー水泳											
5	25	日	1-6												
5	26	月	1-6	休館日											
5	27	火	1-6	プールde健康									ナイト水泳(火)		
5	28	水	1-6	アクアエクササイズ				アフタヌーン水泳					アクアW&F		
5	29	木	1-6	みんなの水泳											
5	30	金	1-6	アクアシェイプ							ちびっこ水泳		ナイト水泳(金)		
5	31	土	1-6	サタデー水泳											

※作成時でのコース割となっております。急きょ変更となる場合もありますので、ご了承ください

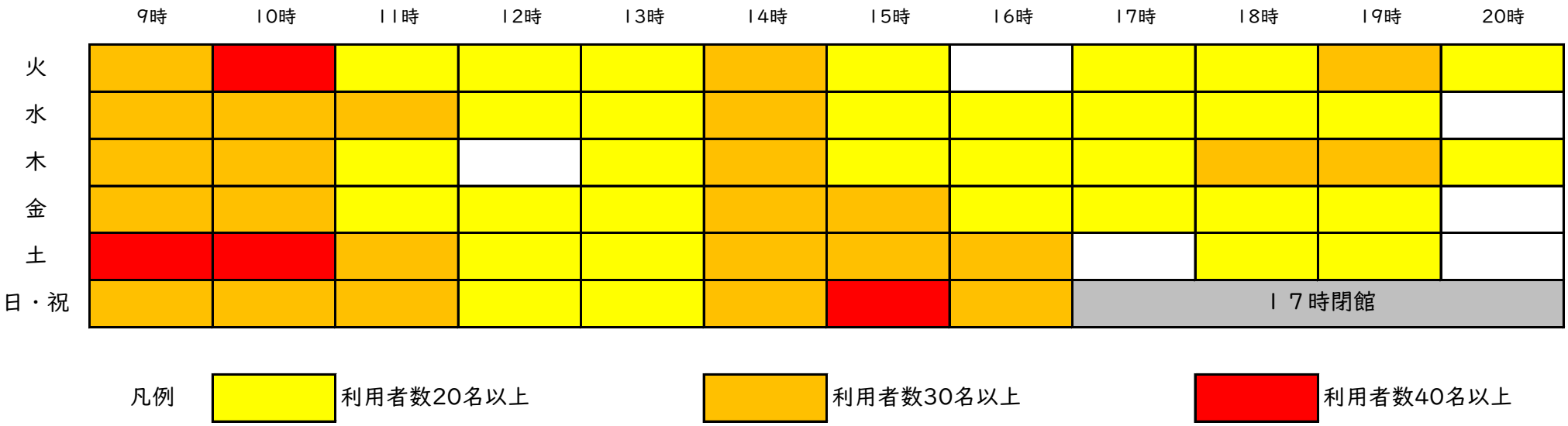
おしえて水泳
13：30～14：30

水泳に関するお悩みを、専門のボランティアスタッフがワンポイントアドバイスします。
（予約・参加料不要、入場料は必要です）

その他、スポーツ教室の詳細につきましてはホームページもしくは当施設までお問い合わせください。

下山スポーツセンター　℡025-272-7677

下山スポーツセンター　トレーニングルーム混雑状況（3/16～4/15集計）



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。