

スポーツアカデミー石巻 大人プログラム 2026年1月～3月

○営業時間	火～金	10:30～21:00
	土	8:45～18:00
	日	10:30～14:00

日	月	火	水	木	金	土
プール	時間	プール	プール	プール	プール	プール
入場は10:30~	10:30	入館10:30~ 24時間ジム				
フリー ^{11:30} コース ~ 14:00	:45	11:00~11:45	11:00~11:45	11:00~11:45	11:00~11:45	11:00~11:45
休館日	11:00	水中運動				
※子供自由遊泳 12:00~14:00	:15	12:00~12:45 12:00~12:45				
【14:15】閉館	12:00	初中級	上級	上級	12:00~12:30	12:00~12:30
	:45	12:00~12:45 12:00~12:45				
	13:00	初中級 上級 アクアダンス30				
	:15	13:00~13:30				
	:30	フィン中上級				
	:45	13:00~13:30				
	14:00	フィン中上級 初中級				
	:15	14:00~14:30				
	:30	14:00~14:30				
	:45	14:00~14:30				
	19:00	夜の部フリー ^{11:30} コース 19:00~21:00				
	20:00	※徐々にフリー利用のレーンが増えていきます				
	21:00	19:00~ 6レーン 使用可 19:30~ 5・6レーン 使用可 19:45~ 3~6レーン 使用可				

※担当が変わることがあるのでご了承下さい。担当が変わった場合は、事前に掲示させていただきます。