

スポーツアカデミー石巻

大人プログラム

2025年7月～9月

○営業時間

火～金

10:30～21:00

土

8:45～18:00

日

10:30～14:30

日	月		火	水	木	金	土			
プール	休館日	時間	プール	プール	プール	プール	プール			
入場は10:30～		入館10:30～								
フリーコース 11:30～14:00			11:00～11:45		11:00～11:45	11:00～11:45	11:00～11:45			
		水中運動		初中級	中級	水中運動	11:15～12:00			
		満帆		長嶋	木村	長嶋	上級			
			フリーコース				満帆	フリーコース		
		12:00		12:00～12:45	12:00～12:45	12:00～12:30 初級	12:15～12:45		12:15～13:00	
		12:15		初中級	上級	満帆	フィン中上級		初中級	
		12:30		黄海	満帆	満帆	満帆		長嶋	
		12:45								
		13:00		13:00～13:30						
		13:15		フィン中上級	長嶋					
		13:30								
		13:45								
		14:00								
		14:15								
		14:30								
		14:45								
		19:00		夜の部フリーコース 19:00～21:00						19:00～ 6レーン 使用可
20:00		※徐々にフリー利用のレーンが増えていきます							19:30～ 5・6レーン 使用可	
21:00									19:45～ 3～6レーン 使用可	
【14:15】閉館										

※担当が変わる事がありますのでご了承下さい。担当が変わる場合は、事前に掲示させていただきます。

00
00
00
間
0:30
:45
:00
:15
: 30
:45
2:00
: 15
: 30
:45
3:00
:15
: 30
:45
4:00
:15
: 30
:45
:00
0:00
1:00