

Time	メインプール		ダイビング プール	サブプール					Time	エントランス			場内	トレーニング ルーム	スタジオB	スタジオ	
	1~7L	8~10L		A1~4L	A5~10L	B1~4L	B5~7L	B8~10L		2F	2F外	1F					
10:00	オープニングセレモニー								10:00								
:30									:30							逆上がり 跳び箱 ダンスチャレンジ 教室①	
11:00	競泳スペシャルレッスン① 【初心者向け】			SUP3ガ①	無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール	ブライト スイミング体験	11:00	パラ水泳 VR体験	走り方教室①					逆上がり 跳び箱 ダンスチャレンジ 教室②	
:30			SUP3ガ②														
12:00	水球体験会			SUP3ガ③	無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール		12:00								
:30																	
13:00	アーティストティックスイミング デモンストラーション		チャレンジアクア & スノーケリング 体験会		無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール		13:00			江東区観光 協会ブース				映像レッスン 【ピラティス】	
:30																	
14:00	競泳リレー対決	無料開放	無料開放		無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール	ブライト スイミング体験	14:00			東京2020 パリ2024 オリンピック パネル展示					
:30																	
15:00	デフ水泳体験	無料開放	無料開放		無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール	ブライト スイミング体験	15:00	パラ水泳 VR体験	走り方教室②					映像レッスン 【ヨガ】	
:30																	
16:00	競泳レッスン② 【上級者向け】	無料開放	無料開放		無料開放 水深：1.1m	自由遊泳	キッズプール	無料開放 水深：1.1m	16:00							映像レッスン 【エアロサーキット】	
:30																	
17:00					無料開放 水深：1.4m	無料開放 水深：1.1m			17:00							映像レッスン 【Lati Lati】	
:30									:30								
21:00									21:00								