

# プールコース・教室状況 【日曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	→	10:00	10:50	11:00	→	12:00	12:50	13:00	→	14:00	14:50	15:00	→	16:00	16:50	17:00	→	18:00	18:50	19:00	→	20:00	21:00
歩行																								
練習																								
片道 ←																								
片道 →																								
ロング																								
自由																								

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【月曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	→	10:00	10:50	11:00	→	12:00	13:05	13:15	14:20	14:30	→	15:00	→	16:00	16:50	17:00	→	18:00	18:50	19:00	→	20:00	21:00
歩行									歩行		歩行													
練習									自由		自由													
片道 ←									スイム		片道													
片道 →											片道													
ロング																								
自由																								

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【火曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	10:20	10:30	11:30	11:40	12:35	12:45	13:35	13:45	14:50	15:00	15:50	16:00	16:50	17:00	17:50	18:00	18:50	19:00	19:20	19:30	20:30	20:40	21:00
歩行			歩行				歩行		歩行		幼児スイミングA			キッズスイミングA		ジュニアスイミング初級A		歩行			歩行			
練習			自由				自由		自由		幼児スイミングA			キッズスイミングA		ジュニアスイミング初級A		自由	休憩		自由			
片道 ←			スイム				片道	休憩	スイム		幼児スイミングA			キッズスイミングA		ジュニアスイミング初級A		スイム			片道			
片道 →		休憩		休憩		休憩	片道			休憩	スイム		スイム		スイム		ジュニアスイミング中級A			休憩	片道	休憩		
ロング			水中ウォーキング				初中級スイミング		レディーススイミング		自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩	ジュニアスイミング中級A				アクアエクササイズA			
自由							初中級スイミング		レディーススイミング		歩行		歩行		歩行		ジュニアスイミング中級A							

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【水曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	→	10:00	10:50	11:00	→	12:00	→	13:00	13:35	13:45	14:50	15:00	15:50	16:00	16:50	17:00	17:50	18:00	18:50	19:00	→	20:00	21:00
歩行										歩行									歩行					
練習										自由									自由	休憩				
片道 ←										片道									スイム					
片道 →										片道			スイム		スイム		スイム							
ロング										きれいに泳ごう初級		自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩							
自由												歩行		歩行		歩行								

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【木曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	10:20	10:30	11:30	11:40	12:35	12:45	13:35	13:45	→	14:50	15:00	15:50	16:00	16:50	17:00	17:50	18:00	18:50	19:00	→	20:00	→	21:00
歩行			歩行				歩行		歩行									歩行						
練習			自由				自由	休憩	自由									自由	休憩					
片道 ←			スイム				スイム		スイム									スイム						
片道 →		休憩		休憩		休憩					休憩													
ロング			アクアエクササイズB					初級スイミング				スイム	休憩	スイム	休憩	スイム	休憩							
自由								シニアスイミングB				歩行	歩行	歩行					ジュニアスイミング中級B					

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【金曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	10:00	10:50	11:00	12:00	→	13:00	13:35	13:45	14:50	15:00	15:50	16:00	16:50	17:00	17:50	18:00	18:50	19:00	→	20:00	20:10	21:00	
歩行									歩行		幼児スイミングD			ジュニアスイミング初級E		ジュニアスイミング初級F		歩行		歩行				
練習				-----					自由		幼児スイミングD			ジュニアスイミング初級E		ジュニアスイミング初級F		自由	休憩	自由				
片道 ←									片道		幼児スイミングD			ジュニアスイミング初級E		ジュニアスイミング初級F		スイム		スイム				
片道 →			休憩					休憩	片道		スイム		スイム		スイム			ジュニアスイミング上級B			休憩			
ロング									アクアエクササイズC		自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩		ジュニアスイミング上級B		成人スイミング				
自由											歩行		歩行		歩行			ジュニアスイミング上級B		成人スイミング				

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。

# プールコース・教室状況 【土曜日】

- 教室のある下記の時間帯は、コース制限がかかります
- 教室がない時間帯は6コースすべて利用することができます
- 緑枠は10分間の休憩となります

コース/時間	9:00	→	10:00	10:50	11:00	→	12:00	12:50	13:00	13:50	14:00	14:50	15:00	15:50	16:00	16:50	17:00	17:50	18:00	18:50	19:00	→	20:00	21:00
歩行									幼児スイミングE				キッズスイミングC		ジュニアスイミング初級G		ジュニアスイミング初級H							
練習																	自由	休憩						
片道 ←																	スイム							
片道 →				休憩				休憩	スイム	自由	スイム	自由	スイム	自由	スイム	自由	スイム	ジュニアスイミング中級C						
ロング									自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩								
自由									歩行		歩行		歩行		歩行									

●状況により、コース変更をする場合があります。 受付にてご確認ください。