

# 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

※ジュニアスイミング中級Aが終わり次第、休憩時間まで教室のコースがスイムコースへ変更となります。（スタッフから指示があります。）  
 教終…教室終了後

コース/時間	9:00	10:20	10:30	11:30	11:40	12:50	13:00	13:50	14:00	15:05	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	教終	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		歩行				
練習			自由				自由		自由		休憩						自由	自由		自由					
片道 ←			スイム				片道		片道		休憩						スイム	スイム		スイム					
片道 →							片道		片道			スイム		スイム		スイム		スイム		スイム					
ロング			水中ウォーキング				中級スイミング		中上級スイミング			自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩	ジュニアスイミング中級A		ジュニアスイミング中級A					
自由											歩行		歩行		歩行					アクアエクササイズ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	10:20	10:30	11:30	11:40	→	12:50	13:00	13:50	14:00	15:05	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	19:05	19:15	→	20:00	→	21:00	
歩行			歩行					歩行		歩行		幼児スイミングB			ジュニアスイミング初級B		ジュニアスイミング初級C		歩行						
練習			自由					自由		自由		幼児スイミングB			ジュニアスイミング初級B		ジュニアスイミング初級C		自由	休憩					
片道 ←			スイム					片道		片道		幼児スイミングB			ジュニアスイミング初級B		ジュニアスイミング初級C		スイム						
片道 →								片道		片道		スイム		スイム		スイム		スイム							
ロング			アクア&ボクシング							初級者水泳教室		自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩								
自由										初中級スイミング		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	10:50	11:00	→	12:00	12:50	13:00	13:50	14:00	15:05	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	19:05	19:15	→	20:00	→	21:00	
歩行							歩行		歩行		幼児スイミングC	キッズスイミングB		ジュニアスイミング初級D		歩行								
練習						自由	休憩	自由										自由	休憩					
片道 ←							スイム		スイム		スイム		スイム	スイム		スイム								
片道 →		休憩								休憩														
ロング							初級スイミング	シニアスイミング			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 【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	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	19:05	19:15	20:15	20:25	21:00
歩行									歩行									歩行		歩行			
練習									自由									自由	休憩	自由			
片道 ←									スイム									スイム		スイム			
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 【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			ジュニアスイミング初級G		ジュニアスイミング初級H		ジュニアスイミング初級I		歩行						
練習																自由	休憩							
片道 ←																スイム								
片道 →									スイム		スイム		スイム		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。