

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									スイム		自由													
片道 ←									自由		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		歩行		歩行				歩行			
練習			スイム				自由		スイム		幼児スイミングA		キッズスイミングA		スイム	休憩	スイム	休憩			スイム			
片道 ←			自由				片道	休憩	自由		片道		キッズスイミングA		自由		自由				自由			
片道 →			水中ウォーキング				片道		レディーススイミング		片道		スイム		ジュニアスイミング初級A		ジュニアスイミング中級A				アクアエクササイズA			
ロング			水中ウォーキング				初中級スイミング				自由		自由	休憩										
自由			水中ウォーキング				初中級スイミング				歩行		歩行		ジュニアスイミング初級A		ジュニアスイミング中級A				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	→	10:00	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		幼児スイミングB		キッズスイミングB		歩行		歩行					
練習											自由						スイム	休憩	スイム	休憩				
片道 ←											片道		片道				自由		自由					
片道 →											片道		片道				自由							
ロング											きれいに泳ごう初級		自由		自由		自由							
自由													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			幼児スイミングC		歩行		歩行		歩行						
練習			スイム				スイム	休憩	スイム			幼児スイミングC		スイム	休憩	スイム	休憩	スイム	休憩					
片道 ←			自由				自由		自由			片道		自由		自由		自由						
片道 →		休憩	自由	休憩		休憩					休憩	片道												
ロング			アクアエクササイズB					初級スイミング				片道												
自由								シニアスイミングB				自由	休憩											
												歩行		ジュニアスイミング初級C		ジュニアスイミング初級D		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		歩行		歩行		歩行			歩行				
練習									スイム		幼児スイミングD		スイム	休憩	スイム	休憩	スイム	休憩		スイム				
片道 ←									自由		片道		自由		自由		自由			自由				
片道 →			休憩							休憩	片道			休憩							休憩			
ロング									アクアエクササイズC		片道		ジュニアスイミング初級E		ジュニアスイミング初級F		ジュニアスイミング上級B		成人スイミング					
自由											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		キッズスイミングC		歩行		歩行		歩行								
練習													スイム	休憩	スイム	休憩	スイム	休憩							
片道 ←									片道				自由		自由		自由								
片道 →									片道					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中級C					
ロング									自由			自由	休憩												
自由									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。