

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	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	→	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		自由		
片道 ←			スイム				片道		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		スイム		
片道 →							片道					スイム		スイム		スイム								
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		自由		自由								
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 【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	13:35	14:50	15:00	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					
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	10:50	11:00	→	12:00	12:35	12:45	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	20:00	→	21:00
歩行							歩行		歩行										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					
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 【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						
練習									自由										自由	休憩					
片道 ←									片道										スイム						
片道 →									片道																
ロング									アクアエクササイズC																
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。