

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	12:35	12:45	13:35	13:45	14:50	15:00	15:15	16:05	16:15	17:05	17:15	18:05	18:15	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			
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	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	スイム			
片道 →		休憩		休憩		休憩	片道			休憩	スイム		スイム	スイム	スイム	スイム		ジュニアスイミング中級A	スイム	休憩	スイム	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	スイム		アクアエクササイズA				
自由											歩行		歩行	歩行	歩行			ジュニアスイミング中級A	スイム						

●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	15:15	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																
ロング									きれいに泳ごう初級																
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 【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 →		休憩				休憩					休憩		スイム		スイム	スイム	スイム							
ロング							初級スイミング		シニアスイミングB			自由	休憩	自由	休憩	自由	休憩							
自由												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	15:15	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																								
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。