

時間	14時			15時			16時			17時			18時			19時			20時			21時		
	15	30	45	15	30	45	15	30	45	15	30	45	15	30	45	15	30	45	15	30	45	15	30	45
火曜							子供水泳教室 10～5級			子供水泳教室 10～1級			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 1級・S級								
水曜							子供水泳教室 10～5級			子供水泳教室 10～1級			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 育成コース								
木曜							子供水泳教室 10～5級			子供水泳教室 10～1級			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 育成コース								
							子供体操教室 幼稚園			子供体操教室 園児・低学年			子供体操教室 高学年											
金曜							子供水泳教室 10～5級			子供水泳教室 10～1級			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 育成コース								
土曜			子供水泳教室 全ての級 (※)			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 全ての級			子供水泳教室 全ての級 (※)			※印の教室は5名以上で開催									
日曜																								

泳力検定基準表					
10級	浮き身(伏)	10秒 ヘルパー付	4級	平泳ぎ(板キック)	25M
9級	面かぶりキック	5M ヘルパー付	3級	平泳ぎ(フォーム)	25M
8級	面かぶりクロール	7M	2級	バタフライ(フォーム)	25M
	浮き身(背面)	ヘルパー付			
7級	クロール(連続呼吸)	13M	1級	総合スタート・ターン	クロール25M タイム23.09
	背面キック	10秒			
6級	クロール	25M	用語解説		
	背泳ぎ	25M	----- 浮き身…水に浮く事		
5級	クロール	50M	----- 面かぶり…水に顔をつけた状態		
	背泳ぎ	50M	----- 背面キック…仰向け状態でのキック		