

プールプログラム

曜日\時間	コース	8:30	9:00	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00		
月 曜日	1				ベビー【G1】 初級 (10:00-10:30) / 上級 (10:30-11:00)		成人クラス【A3】 (初級・上級) (11:00-12:15)			アフタースhape (12:30-13:00)	マタニティー (13:00-14:00)	ウォーキング (14:00-14:30)		幼稚園児【A6】 10級~2級 (15:00-16:00)	幼小【A7】 10級~S3級 (16:00~17:15)	小学生以上【A8】 10級~水泳神 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (18:30-20:00)		成人ナイト【A11】 (初中級・上級) (20:15-21:30)												
	2																														
	3																														
	4					水中運動 (10:30-11:00)								親子水泳【OS1】 (14:00-14:45)																	
	5																														
火 曜日	1				ベビー【G1】 初級 (10:00-10:30) / 上級 (10:30-11:00)		成人クラス【B3】 (初級・上級) (11:00-12:15)			アフタースhape (12:30-13:00)			ウォーキング (14:00-14:30)		ベビー【G1】 初級 (16:00-16:30) / 上級 (16:30-17:00)	幼小【B7】 10級~S3級 (16:00~17:15)	小学生以上【B8】 10級~水泳神 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (18:30-21:30)													
	2																														
	3																														
	4					水中運動 (10:30-11:00)					成人マスターズ【B5】最上級 (12:30-13:45)				幼稚園児【B6】10級~2級 (15:00-16:00)																
	5																														
水 曜日	1				ベビー【G1】 初級 (10:00-10:30) / 上級 (10:30-11:00)		成人クラス【D3】 (初級・上級) (11:00-12:15)						ウォーキング (14:00-14:30)		幼稚園児【C6】 10級~2級 (15:00-16:00)	幼小【C7】 10級~S3級 (16:00~17:15)	小学生以上【C8】 10級~水泳神 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (18:30-20:15)		成人ナイト【C11】 (初中級・上級) (20:15-21:30)											
	2																														
	3																														
	4					水中運動 (10:30-11:00)								親子水泳【OS1】 (14:00-14:45)																	
	5																														
木 曜日	1				ベビー【G1】 初級 (10:00-10:30) / 上級 (10:30-11:00)		成人クラス【D3】 (初級・上級) (11:00-12:15)			アフタースhape (12:30-13:00)	マタニティー (13:00-14:00)	ウォーキング (14:00-14:30)		ベビー【G1】 初級 (16:00-16:30) / 上級 (16:30-17:00)	幼小【D7】 10級~S3級 (16:00~17:15)	小学生以上【D8】 10級~水泳神 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (18:30-21:30)														
	2																														
	3				高嶺教室																										
	4					水中運動 (10:30-11:00)									幼稚園児【D6】10級~2級 (15:00-16:00)																
	5																														
金 曜日	1				ベビー【G1】 初級 (10:00-10:30) / 上級 (10:30-11:00)		成人クラス【E3】 (初級・上級) (11:00-12:15)			アフタースhape (12:30-13:00)			ウォーキング (14:00-14:30)		幼稚園児【E6】 10級~2級 (15:00-16:00)	幼小【E7】 10級~S3級 (16:00~17:15)	小学生以上【E8】 10級~水泳神 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (18:30-21:30)													
	2																														
	3																														
	4					水中運動 (10:30-11:00)																									
	5																														
土 曜日	1		ベビー【G1】 初級 (8:30-9:00) / 上級 (9:00-9:30)				幼小【F2】 10級~S3級 (10:15~11:30)	水中運動 (11:30-12:00)	シニア【F3】 (初中級・上級) (12:00-12:45)	成人クラス【F5】 (初~上級・最上級) (13:00-14:15)				幼小【F7】 10級~S3級 (14:45~16:00)	小学生以上【F8】 10級~水泳神 (16:00~17:15)	育成選抜【F9】 S4級以上 (17:15~18:30)	選手選抜【A10】 認定者 (17:15~19:45)		成人ナイト【F11】 (初中級・上級) (19:45~21:00)												
	2																														
	3				幼稚園児・幼小【F1】10級~2級 (8:30-9:30)																										
	4								親子水泳【OS1】 (12:00-12:45)	恵和会(受託) (13:00-14:15)																					
	5																														
日 曜日	1																														
	2																														
	3																														
	4																														
	5																														

プール開放
(11:30-15:00)



2017.04