

# プログラム

曜日\時間	コース	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00				
月 曜日	1		受託園教室	水中運動	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	クロール・背泳ぎ 13:30-14:15	J4	B1	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z1	幼少・小学生 (10級~S5級) 16:00-17:15 J7	選手選抜 17:15-18:45	選手選抜 18:30-21:00 A10					
	2			成人開放									成人開放 12:30~14:30			小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 J8			
	3			成人開放									成人開放			小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 J8			
	4			成人開放									成人開放			小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 J8			
	5			成人開放									成人開放			小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 J8			
火 曜日	1		受託園教室	ウオーキング	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人 13:30-14:30	G4	B1	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z2	幼少・小学生 (10級~S5級) 16:00-17:15 G7	選手選抜 17:15-18:45	選手選抜 18:30-21:00 A10	成人開放 19:30-20:45				
	2			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 G8		
	3			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 G8		
	4			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 G8		
	5			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 G8		
水 曜日	1		受託園教室	ベビー(初級)	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人 13:30-14:30	D2	B1	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z3	幼少・小学生 (10級~S5級) 16:00-17:15 D7	選手選抜 17:15-18:45	選手選抜 18:30-20:00 A10	成人 (初級・中級・上級) 20:00-21:00	D10			
	2			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 D8		
	3			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 D8		
	4			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 D8		
	5			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 D8		
木 曜日	1		受託園教室	水中運動	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人 13:30-14:30	K4	B4	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z4	幼少・小学生 (10級~S5級) 16:00-17:15 K7	選手選抜 17:15-18:45	選手選抜 18:30-21:00 A10					
	2			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 K8		
	3			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 K8		
	4			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 K8		
	5			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 K8		
金 曜日	1		受託園教室	ベビー(初級)	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人 13:30-14:30	H4	B1	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z5	幼少・小学生 (10級~S5級) 16:00-17:15 H7	選手選抜 17:15-18:45	選手選抜 18:30-21:00 A10	成人(初中級) 20:00-21:00				
	2			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 H8		
	3			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 H8		
	4			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 H8		
	5			成人開放									成人開放				小学生以上 (10級~S5級) 17:15-18:30 H8		
土 曜日	1		受託園教室	ベビー(初級) 9:30-10:00 ベビー(上級) 10:00-10:30	成人 (初中級・中上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人開放 12:30-13:45	E2	B6	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z6	幼少・小学生 (10級~S5級) 15:00-16:15 E7	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8	選手選抜 17:30-19:00 A10	成人(初中上級) 19:00-20:00				
	2			アクアピクス											成人開放		成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8	
	3			キッズ(幼児用)コース 9:30-10:30											成人開放		成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8	
	4			キッズ(幼児用)コース 10:30-11:15											成人開放		成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8	
	5			キッズ(幼児用)コース 9:30-10:30											成人開放		成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8	
日 曜日	1		受託園教室	ベビー(初級) 9:30-10:30	成人 (初中級・上級)	シエイブダンベル 12:45-13:15	成人 12:15-13:15	F3	B1	ベビー(初級) 15:00-16:00 ベビー(上級)	キッズ(幼児用)コース Z7	幼少・小学生 (6級~S5級) 9:30-10:45 F2	幼少・小学生 (10級~7級) 10:45-12:00 F1	親子教室 13:30~14:15 ※プール開放 6月~9月のみ営業 13:30~15:00					
	2			ベビー(初級) 9:30-10:30													成人開放	成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8
	3			ベビー(初級) 9:30-10:30													成人開放	成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8
	4			ベビー(初級) 9:30-10:30													成人開放	成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8
	5			ベビー(初級) 9:30-10:30													成人開放	成人開放	小学生以上 (10級~S5級) 16:15-17:30 E8