プールプログラム（Pool Program）

曜日＼時間 | 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

- 小学校水泳授業
- ジュニア【A7】 10～S3級 15:30～16:45
- ジュニア【A8】 10～水泳神級 16:45～18:00

火曜日

- 受託園教室 9:00～11:25
- ちょうどいいアクア 11:00～11:30
- 成人【B3】（初級～上級） 11:30～12:30
- アクアコンディショニング 12:35～13:05
- 成人【B5】マスターズ 13:15～14:30
- ウォーキング 14:00～14:30
- ベビー【G1】 初級 15:00～15:30 / 上級 15:30～16:00
- ジュニア【B6】 10～2級 15:00～16:00
- 受託園教室 15:00～16:00
- ジュニア【B7】 10～S3級 16:00～17:15
- ジュニア【B8】 10～水泳神級 17:15～18:30
- 選手選抜【A10】 18:30～21:00

水曜日

- ベビー【G1】 初級 10:00～10:30 / 上級 10:30～11:00
- 受託園教室 9:45～10:45
- 水中運動 11:00～11:30
- シニア【C3】（初級～上級） 11:30～12:15
- 成人【C5】マスターズ 12:30～13:45
- ウォーキング 14:00～14:30
- 受託園教室 14:00～15:00
- ジュニア【C6】 10～2級 15:00～16:00
- ジュニア【C7】 10～S3級 16:00～17:15
- ジュニア【C8】 10～水泳神級 17:15～18:30
- 成人ナイト【C11】（上級） 19:30～20:45
- 選手選抜【A10】 18:30～21:00

木曜日

- 水中運動 11:00～11:30
- 高槻水泳教室 10:45～11:15
- 受託園教室 10:00～11:30
- 成人【D3】（初級～上級） 11:30～12:30
- アクアビクス 12:35～13:05
- 受託園 12:30～13:00
- 成人【D5】マスターズ 13:15～14:30
- 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 15:00～15:30 / 上級 15:30～16:00
- ジュニア【D6】 10～2級 15:00～16:00
- 受託園教室 15:00～16:00
- ジュニア【D7】 10～S3級 16:00～17:15
- ジュニア【D8】 10～水泳神級 17:15～18:30
- 選手選抜【A10】 18:30～21:00

金曜日

- 受託園教室 9:00～11:25
- 水中運動 11:15～11:45
- 成人【D3】（初級～上級） 11:45～12:45
- アクアコンディショニング 12:50～13:20
- 団体利用 13:30～14:30
- ベビー【G1】 初級 15:00～15:30 / 上級 15:30～16:00
- ジュニア【E6】 10～2級 15:00～16:00
- 受託園教室 15:00～16:00
- ジュニア【E7】 10～S3級 （16:00～17:15）
- ジュニア【E8】 10～水泳神級 （17:15～18:30）
- 選手選抜【A10】 18:30～21:00

土曜日

- ベビー【G1】 初級 8:30～9:00 / 上級 9:00～9:30
- ジュニア【F1】 10級～2級 8:30～9:30
- ジュニア【F2】 10～S3級 （10:00～11:15）
- ジュニア【F4】 10～水泳神級 （11:15～12:30）
- 水中運動 13:00～13:30
- 親子水泳【OS1】 13:00～13:45
- シニア恵和会【F3】（初級～上級） 13:30～14:15
- 成人マスターズ【F5】（初級～上級） 14:30～15:45
- ジュニア【F8】 1～水泳神級 （16:15～17:30）
- 成人ナイト【F11】（初・中級） 18:00～19:15
- 選手選抜【A10】 16:15～19:15

日曜日

- マスターズ同好会 8:30～9:45
- 選手選抜【A10】 8:00～9:45
- ジュニア【N1】 10～2級 10:00～11:00
- ジュニア【N2】 10～水泳神級 11:30～12:45
- 親子水泳【OS1】 13:15～14:00
- ベビー【G1】 初級 13:00～13:30 / 上級 13:30～14:00
- プール開放 14:00～16:00

2026. 04

左近山 Sakon-yama