

プールのスケジュール

2023. 4月～

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00							OPEN 9:00	
	← 月～土 OPEN 9:30 →							
10:00							9:20 児童 18～11級対象	
						10:15 K 11:00	10:20 児童 10:20 10～特級対象	
11:00							11:15 マスターズ	
		11:30 K 12:15	11:30 P 12:10			11:30 P 12:10	11:30 マスターズ 12:30	
12:00				11:30 K 12:15	11:30 P 12:10			
			12:15 A 12:45	12:15 マスターズ 13:30	12:15 A 13:05			
13:00	13:00 大人初級 13:45	13:00 レッスン		13:00 レッスン	13:00 大人初級 13:45	13:10 児童		
	13:50 水中 14:20	14:00 15000-		14:00 15000-	13:50 水中 14:20	14:10 児童		
14:00			14:30 A 15:20		14:30 A 15:20	14:30 児童		
						15:10 児童		
15:00						15:30 児童		
	15:50 児童 16:50	15:50 児童 16:50	15:50 児童 16:50	15:50 児童 16:50	15:50 児童 16:50	16:30 児童 16:30 育成 17:30 1～特級 17:35		
16:00								
	16:50 児童 17:50	16:50 児童 17:50	16:50 児童 17:50	16:50 児童 17:50	16:50 児童 17:50			
17:00								
18:00	18:00 育成 18:10 選手 19:15	18:00 育成 18:10 選手 19:15	18:00 育成 18:10 選手 19:15	18:00 育成 18:10 選手 19:15	18:00 育成 18:10 選手 19:15	18:00 育成 18:10 選手 19:15	CLOSE 18:00	
			18:10 児童 19:10 1～特級	18:10 育成 18:00 選手 19:15	18:10 児童 19:10 1～特級	18:10 育成 18:00 選手 19:15	18:30 レッスン	
19:00							19:30 20000	
							20:10 20000	
20:00							20:30 20000	
	20:15 レッスン	20:15 20000		20:15 レッスン	20:15 15000-	20:15 レッスン		
21:00								
22:00	← 月～金 CLOSE 22:00 →							

マスターズは水曜日12:15～13:30と土曜日11:15～12:30に行います。

500～2000	メニューにそって時間内で表記の距離の完泳を目標とするクラス
K P	K=キンダークラス P=親子クラス
大人レッスン	時間内で30分×2 又は1時間×1の泳法レッスンを行います。(休講の場合あり)
水中	水中で水圧を感じながら運動するクラス(水中ウォーキング)