

プールプログラム・タイムテーブル

2017年6月～

	火	水	木	金	土	日
9:30						
10:00			10:00～10:45 アクアビクス 【佐藤】	10:00～10:30 バタフライ15m 【宇佐美】		
	10:20～10:50 背泳ぎ25m 【福田】			10:35～11:05 アクアウォーキング 【宇佐美】		
11:00	10:55～11:25 クロール15m 【福田】	11:00～11:30 水泳初めて 【福田】	11:00～11:45 初中級水泳学校 【宇佐美】 ※有料■	11:10～12:00 ビギナーサークル 【宇佐美】	11:00～11:45 初中級水泳学校 【橋田】※有料	
	11:30～12:00 アクアウォーキング 【福田】	11:35～12:05 アクアウォーキング 【福田】	11:50～12:20 クロール25m 【宇佐美】			
12:00		2クラス 連続しての ご参加は ご遠慮下さい	12:20～12:50 プライベート 【宇佐美】 ※有料		12:15～13:00 アクアビクス 【斎藤】	★12:00～12:30 ショートアクアビクス ★【祓川】
13:00	13:10～13:55 アクアス`ンバ` 【中込】	13:00～13:30 平泳ぎ25m 【橋田】		13:10～13:55 アクアビクス 【渡邊】		
		13:35～14:05 背泳ぎ15m 【橋田】			13:20～13:50 バタフライ25m 【橋田】	13:35～14:05 バタフライ15m ★【中込】
14:00	14:00～14:30 プライベート 【橋田】※有料	14:15～14:45 ショートアクアビクス 【祓川】	14:15～14:45 アクアサーキット 【竹田】	14:00～14:30 スイム500m 【中込】	13:55～14:25 プライベート 【橋田】 ※有料	14:05～14:50 ビギナーサークル ★【中込】
	14:30～15:00 プライベート 【橋田】※有料			14:30～15:00 クロール15m 【中込】	14:25～14:55 プライベート 【橋田】 ※有料	
15:00	15:00～16:00 マスターズB 【橋田】	15:00～15:30 プライベート 【橋田】※有料	15:00～16:00 マスターズB 【橋田】	2クラス 連続しての ご参加は ご遠慮下さい	14:55～15:25 クロール15m 【橋田】	15:00～15:45 アクアス`ンバ` 【中込】
		15:30～16:00 プライベート 【橋田】※有料			15:30～16:00 アクアウォーキング 【竹田】	
16:00		16:00～17:00 マスターズA 【橋田】				
17:00						
18:00						
19:00	19:00～19:30 平泳ぎ15m 【橋田】	19:15～20:00 アクアス`ンバ` 【中込】	19:00～19:45 ビギナーサークル 【橋田】	19:00～19:45 アクアビクス 【山下】	18:45～20:00 マスターズC 【橋田】	
20:00	19:40～20:30 サークル 【橋田】	20:00～20:30 プライベート 【橋田】 ※有料	19:50～20:20 プライベート 【橋田】※有料	19:50～20:35 初中級水泳学校 【橋田】※有料■		
	20:40～21:25 初中級水泳学校 【橋田】※有料■	20:30～21:00 プライベート 【橋田】 ※有料	20:30～21:00 背泳ぎ15m 【橋田】	20:40～21:10 プライベート 【橋田】 ※有料		
21:00						
22:00						

《プログラム記号》

「■」⇒オープンクラス 別紙参照
「網掛け」⇒スイミングレッスン表示

※「木曜日10:00」のアクアビクスに際し、ロング/フリーコースが1コースになる場合があります。

※「金曜日11:05」のビギナーサークルに際し、3・4・5コースを使用する場合があります。

※レッスン開始10分以降のご参加はご遠慮下さい。

※各レッスンのご案内は裏面にあります。

※トレーナーによる有料セッションをフリーコースにて実施する場合があります。

