

●スイミングプールタイムスケジュール●

期間：2022年10月1日～2023年3月31日

	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
11:00						
12:00	アクア エクササイズ (4,5,6コース) 11:45～12:30 富澤 宏幸 無料	プチホット ピラティス (プールサイド) 11:30～12:30 江原 枝里子 無料	アクア エクササイズ (4,5,6コース) 11:30～12:15 力武 順子 無料			
13:00		水泳 中級 (4,5,6コース) 12:30～13:40 佐藤 和幸		水泳 上級 (4,5,6コース) 12:20～13:30 山口 大輔	短期水泳 (5,6コース) 12:40～13:50 間柴 彩友美	
14:00	短期水泳 (5,6コース) 14:00～15:10 山口 大輔	水泳 初中級 (4,5,6コース) 13:40～14:50 佐藤 和幸	水泳 中級 (4,5,6コース) 13:20～14:30 山口 大輔	水泳 中上級 (4,5,6コース) 13:30～14:40 山口 大輔		
15:00	水泳 中上級 (4,5,6コース) 15:10～16:20 山口 大輔	水泳 上級 (4,5,6コース) 14:50～16:00 山口 大輔	プチホットヨガ (プールサイド) 14:45～15:45 力武 美帆 無料	水泳 初中級 (4,5,6コース) 14:40～15:50 佐藤 和幸		プチホットヨガ (プールサイド) 15:00～16:00 MICHIE 無料
16:00		マスターズ水泳 Light (4,5,6コース) 16:00～17:25 間柴 彩友美		スノーケリング (6コース) 無料 16:00～16:40 大本 秀樹 ※月1～2回開催		
17:00						
18:00					第5・6コースのコース設定について 土曜・日曜・祝日は終日、 第5コース：ロングコース（ゆっくり泳ぐコース） 第6コース：ロングコース（速く泳ぐコース）となっております。 ご利用方法につきましては、スタッフまでお問い合わせください。	
19:00						
20:00		マスターズ水泳 (4,5,6コース) 19:20～20:45 間柴 彩友美		マスターズ水泳 (4,5,6コース) 19:20～20:45 間柴 彩友美		
21:00	パドル＆フィン コース (5,6コース) 21:00～21:45	パドル＆フィン コース (5,6コース) 21:00～21:45	パドル＆フィン コース (5,6コース) 21:00～21:45	パドル＆フィン コース (5,6コース) 21:00～21:45		

※土曜日は 21:15、日・祝日は 18:45 までご利用いただけます。

- 各レッスンの期間に関しましては、講座案内・ダイビングスケジュールをご確認ください。
- 正課授業・課外活動・講座時は一部コースを専有いたしますので、ご協力をお願いいたします。
- 講座時にビデオ撮影を行うことがございます。使用コース以外は撮影いたしませんので、あらかじめご了承ください。

スイミングプール	
第1コース	
第2コース	
第3コース	
第4コース	
第5コース	
第6コース	

通常のコース分けは、以下のとおりとさせていただきます。

第1コース：ウォーキングコース
 第2コース：初心者コース
 第3,4,5コース：25m以上泳ぐコース
 第6コース：ロングコース（50m以上止まらずに泳ぐ方）

火～金曜日 21:00～21:45 はパドル＆フィンコースとなります。お手持ちのパドル・フィンをご用意の上でご利用ください。ご利用方法につきましては、スタッフまでお問い合わせください。