

プール レッスンスケジュール(時短要請)

2021年5月12日～

コース	火曜日							水曜日							木曜日							金曜日							土曜日							日曜日													
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7							
9:30	契約保育園指導							契約保育園指導							契約保育園指導							契約保育園指導							契約保育園指導							ベビーコース													
9:45	9:30-10:15							9:30-10:15							9:30-10:15							9:30-10:15							9:30-10:15							9:30-10:15													
10:00	マタニティ							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
10:15	10:00-10:45							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
10:30	10:15-10:55							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
10:45	10:00-10:45							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
11:00	ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
11:15	11:00-11:40							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
11:30	11:00-11:40							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース							ベビーコース													
11:45	スイムスクール(有料)60分							スイムスクール(有料)60分							スイムスクール(有料)60分							スイムスクール(有料)60分							スイムスクール(有料)60分																				
12:00	11:45-12:45							11:45-12:45							11:45-12:45							11:45-12:45							11:45-12:45							11:45-12:45													
12:15																																																	
12:30																																																	
12:45																																																	
13:00																																																	
13:15																																																	
13:30																																																	
13:45																																																	
14:00																																																	
14:15																																																	
14:30	レッスン準備14:30-14:45							レッスン準備							レッスン準備							レッスン準備							レッスン準備							レッスン準備													
14:45	幼児学童A							幼児学童A							幼児学童A							幼児学童A							幼児学童A							幼児学童A													
15:00	14:45-15:30							14:45-15:30							14:45-15:30							14:45-15:30							14:45-15:30							14:45-15:30							14:45-15:30						
15:15																																																	
15:30																																																	
15:45	幼児学童B							幼児学童B							幼児学童B							幼児学童B							幼児学童B							幼児学童B													
16:00	15:45-16:45							15:45-16:45							15:45-16:45							15:45-16:45							15:45-16:45							15:45-16:45							15:45-16:45						
16:15																																																	
16:30																																																	
16:45																																																	
17:00	幼児学童C							幼児学童C							幼児学童C							幼児学童C							幼児学童C							幼児学童C													
17:15	17:00-18:00							17:00-18:00							17:00-18:00							17:00-18:00							17:00-18:00							17:00-18:00							17:00-18:00						
17:30																																																	
17:45																																																	
18:00	選手							選手							選手							選手							選手							選手													
18:15	(E1チーム)							(E2チーム)							(E3チーム)							(E3チーム)							(E3チーム)							(E3チーム)													
18:30	18:00-19:50							18:00-19:50							18:00-19:50							18:00-19:50							18:00-19:50							18:00-19:50							18:00-19:50						
18:45																																																	
19:00																																																	
19:15																																																	
19:30																																																	
19:45																																																	
20:00																																																	
20:15																																																	
20:30																																																	
20:45																																																	
21:00																																																	
21:15																																																	
21:30																																																	
21:45																																																	
22:00																																																	

毎月最終週の日曜日にキッズスイミング記録会が行われます。また、日曜日の午後1時以降はフリーコースを一部制限させていただきますので、あらかじめご了承くださいませよう、よろしくお願い致します。

- 【夜のスイムレッスン内容のご案内】
- ・4泳法はじめてスイム・・・4泳法の基礎を丁寧に指導していきます。
 - ・中上級スイム・・・4泳法の泳法改善・反復練習を中心にレッスンを行います。
 - ・ドリルテクニック・・・1種目を基礎から発展まで行ってまいります。
- ※ (整)と記載されているプログラムは水曜日25mプール24名、金曜日25mプール36名、20mプール20名定員とさせていただきます。(プールサイドで整理券を受け取ってください。整理券がないとレッスンにご参加いただけません場合があります。)
- ★フリーコースご利用にあたっての注意事項★
- ・ご利用の際は、なるべく人との接触がないよう間隔をあげ、おしゃべりはお控えください。・集団での遊泳は、ご遠慮下さい。ご退水して頂く場合がございます。
- ※プールご利用時間 火～金:19:50まで 土:19:45まで 日:18:45まで
- ※来館前に必ず体調・体温チェックをしてからお越しください。気分がすぐれない時には来館をお控えくださいますよう、よろしくお願いいたします。