2023年10月～12月プールタイムスケジュール

心と健康のスポーツコミュニティー
スポーツアカデミー新城

休館日

月曜

火曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 整
- アクアビクス45 10:15-11:00 上田 悦子
- マタニティ 10:00-10:45
- 整
- メディカルスイム 11:00-11:45 近内圭太郎
- 保育園指導 9:30-10:15
- ベビーコース 10:15-10:55
- ベビーコース 11:00-11:40
- スイムスクール (有料)60分 11:45-12:45
- レッスン準備14:30-14:45
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備15:30-15:45
- 学童B 15:45-16:45
- レッスン準備16:45-17:00
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 E4 16:45 - 18:00
- レッスン準備
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 (E1・選抜チーム) 18:00-19:30
- 選手 (E3チーム) 18:00-19:15
- 4泳法 はじめてスイム 19:30-20:00
- 選手 (E2チーム) 19:30-21:00
- 整
- アクアビクス30 20:10-20:40 田中 有里子
- 施設利用終了時間21:30まで

水曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 保育園指導 9:30-10:15
- ベビーコース 10:15-10:55
- 保育園指導 10:25-11:10
- ベビーコース 11:00-11:40
- 整
- スイムスクール (有料)60分 11:45-12:45
- 水中運動45 11:45-12:30
- レッスン準備14:30-14:45
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備
- 親子 14:45-15:30
- レッスン準備15:30-15:45
- 学童B 15:45-16:45
- レッスン準備16:45-17:00
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 E4 16:45 - 18:00
- レッスン準備
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 (E2チーム) 18:00-19:30
- 選手 (選抜チーム) 18:00-21:00
- 中上級スイム 19:45-20:30
- 選手 (E3チーム) 18:00-19:15
- 施設利用終了時間21:30まで

木曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 幼稚園指導 9:30-11:00
- ベビーコース 11:00-11:40
- 幼稚園指導 9:30-10:30
- 幼稚園指導 10:30-11:15
- マタニティ 11:00-11:45
- スイムスクール (有料)60分 11:45-12:45
- 整
- 水中運動45 11:50-12:35
- レッスン準備14:30-14:45
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備15:30-15:45
- 学童B 15:45-16:45
- レッスン準備16:45-17:00
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 E4 16:45 - 18:00
- レッスン準備
- 学童C 17:00-18:00
- 学童D 18:00 ～ 19:00
- 選手 (E2チーム) 18:00-19:30
- 選手 (E1チーム) 19:30-21:00
- マスターズ練習 20:30-21:30
- 選手 (E3チーム) 18:00-19:15
- 整
- アクアビクス45 20:10-20:55 小竹 淳子
- 施設利用終了時間21:30まで

金曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 幼稚園指導 9:30-11:00
- ベビーコース 11:00-11:40
- 幼稚園指導 9:30-11:00
- 幼稚園指導 9:30-10:30
- スイムスクール (有料)60分 11:45-12:45
- 整
- モビバンアクア 11:45-12:30
- アクアビクス30 13:00-13:30 中根 奈美子
- 整
- レッスン準備14:30-14:45
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備
- 親子 14:45-15:30
- レッスン準備15:30-15:45
- 学童B 15:45-16:45
- レッスン準備16:45-17:00
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 E4 16:45 - 18:00
- レッスン準備
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 (E2チーム) 18:00-19:00
- 選手 (E1・選抜チーム) 19:30-21:00
- 選手 (E3チーム) 18:00-19:15
- ドリルテクニック 19:30-20:00
- 整
- アクアビクス45 20:10-20:55 高畠 嘉剛
- 施設利用終了時間21:30まで

土曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 親子 10:00-10:45
- 幼児 9:45-10:30
- ベビーコース 10:15-10:55
- ベビーコース 11:00-11:40
- 整
- アクアビクス30 11:10-11:40
- スイムスクール (有料)60分 11:45-12:45
- レッスン準備13:15-13:30
- 学童G 13:30-14:30
- レッスン準備14:30-14:45
- 幼児A 14:45-15:30
- レッスン準備15:30-15:45
- 学童B 15:45-16:45
- レッスン準備16:45-17:00
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 (E2チーム) 17:00-18:30
- 中上級 18:00 - 18:45
- 学童C 17:00-18:00
- 選手 (選抜チーム) 18:00-
- 施設利用終了時間19:30まで

日曜日

コース 1 2 3 4 5 6 7

- 親子 9:20-10:05
- 幼児 9:10-9:55
- ベビーコース 9:30-10:10
- 学童G 10:15-11:15
- 学童G 10:15-11:15
- 学童G 11:30-12:30
- スイムスクール (有料) 11:30 - 12:30
- 幼児 11:30-12:15
- スイムスクール (有料) 60分 12:35-13:35
- マスターズ練習 13:00-14:00
- 学童G 12:40-13:40
- 選手 16:00-18:30 ※毎月第4週は1-4コースが13:00-17:00で子供進級記録会がございます。
- 施設利用終了時間18:30まで

※ 整 と記載されているプログラム定員
25mプール30名.20mプール24名
金曜日25mプール45名

1時間前よりプールサイドで整理券をお配り致します。

営業時間	
火曜日～金曜日	10:00～22:30
土曜日	10:00～20:00
日曜日・祝日	10:00～19:00
休館日：月曜日・お盆・年末年始・施設点検日	

初中級	4泳法の基礎,反復練習を中心に行います
ドリルテクニック	1種目を基礎から発展まで行います。
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。

記載のない枠がフリーコースとなります。(ウォーキングコース14名、その他15名) ※6.7コースは20mコースとなります。

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。

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頂きますので、あらかじめご了承ください。