

# プールスケジュール

2018年4月～

	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
	5コース	4コース	5コース	4コース	5コース	4コース	5コース	4コース	5コース	4コース	
10:00	10:10~10:50 親子カルガモクラブ		10:00~10:50 あい保育園レッスン		10:15~10:35 水中健康ウォーク 熊崎	10:15~10:35 7nポイントメドレー松本	10:00~10:50 あい保育園レッスン		10:10~10:50 アヒルクラス		10:00
11:00	11:10~11:30 ウォーク&ジョグ 小野	11:00~11:30 スイムトライ600 宮前	11:10~11:30 ウォーク&はじめてスイム 笹川	11:00~11:30 平泳ぎバタフライ(中上) 宮前	10:45~11:15 アクアピクス 美馬		11:00~11:30 平泳ぎバタフライ(初中) 宮前	11:00~11:30 平泳ぎバタフライ(中上) 西野	11:00~11:20 水中健康ウォーク 西野		11:00
12:00	11:40~12:10 クロール背泳ぎ(初中) 小野	11:40~12:10 クロール背泳ぎ(中上) 日下	11:40~12:10 マッスルシェイプ30 山口		11:25~11:55 クロール背泳ぎ(初中) 宮前	11:25~11:55 クロール背泳ぎ(中上) 松本	11:40~12:10 マッスルシェイプ30 西野		11:30~12:00 スイムトライ500 小野	11:30~12:00 スイムトライ700 日下	12:00
13:00	12:20~12:50 アクアピクス 斉藤		12:20~12:50 フィンスイム(初中) 笹川	12:20~12:50 マスターズ30 宮前	12:15~13:15 桜美林幼稚園レッスン ※1~3コース使用		12:20~12:50 スイムトライ500 宮前	12:20~12:50 フィンスイム(中上) 西野	12:10~12:40 アクアピクス 深田		13:00
<p>◇ 子どもスクールレッスンのためフリーコースを制限させていただきます ◇</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ワニ(土) 14:10 ~ 15:10 (5コースのみご利用可能)</li> <li>○ グッピー 15:15 ~ 16:15 (5コースのみご利用可能)</li> <li>○ ラッコ 16:20 ~ 17:20 (全コースご利用できません)</li> <li>○ フロッグ 17:30 ~ 18:30 (全コースご利用できません)</li> <li>○ 選手 18:30 ~ 20:30 (18:30より3~5コース、19:00より4・5コース、ご利用可能)</li> </ul>											
<p>レッスン及び担当・時間・フリーコースが変更になる場合もございます。あらかじめご了承ください。</p>											
20:00											20:00
21:00	21:00~21:30 スイムトライ500 松本		20:40~21:10 平泳ぎバタフライ(初中) 松本		20:40~21:10 はじめてスイム 笹川		20:40~21:10 クロール背泳ぎ(初中) 日下		20:40~21:10 フィンスイム(初中) 松本		21:00
22:00	21:40~22:10 マスターズ30 西野		21:20~22:00 ロングスイム 日下		21:20~22:20 マスターズ60 西野		21:20~22:00 メドレースイム 松本		21:20~21:50 マッスルシェイプ30 笹川		22:00
									22:00~22:30 スピードスイム 笹川		