

# 2021年4月～ フールレッスンプログラム

	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日				
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	5
10:00	10:20~10:50 アクアビクス 木村		保育園スクール				めだかスイミング 保育園スクール		めだかスイミング		10:00~12:00 家族遊泳コース				
11:00	11:00~11:30 おはようウォーク 國吉		11:00~11:30 おはようウォーク 若井		11:00~11:30 はじめてマスターズ 國吉		10:55~11:25 アクアビクス 小林				11:20~11:50 ソフトマスターズ 若井				
12:00	11:45~12:15 みんなで背泳ぎ 國吉		11:45~12:15 みんなでクロール 若井		11:45~12:15 はじめてクロール 國吉		11:40~12:10 みんなで平泳ぎ 國吉								
13:00	12:30~13:00 水中ウォーキング 若井		12:30~13:00 マスターズ 若井		12:30~13:00 みんなでパタフライ 佐々木		12:25~12:55 水中ウォーキング 國吉		※4月より、スイミングスクールで 全コース使用致しますので、プールの 利用時間は12:45までとなります。 また、夕方は17:30~利用となります。		13:00~14:00 練習コース				
15:15	15:15~18:30 スイミングスクール (全コース使用)								13:45~17:30 スイミング スクール (全コース使用)		日曜 16時閉館				
18:30	18:30~20:10 4・5レーン 選手コース		18:30~20:10 4・5レーン 選手コース		18:30~20:10 4・5レーン 選手コース		18:30~20:10 4・5レーン 選手コース		17:30~19:00 4・5レーン 選手コース						
20:00	20:20~20:50 みんなでパタフライ 松本		20:15~21:00 マスターズ 松本		20:20~20:50 みんなでクロール・背泳ぎ 若井		20:20~20:50 ソフトマスターズ 若井		19:45~ 20:30 マスターズ 練習コース		※選手コースの練習時間 については変更となる 場合がございます。 予め、ご理解の程、 宜しくお願いいたします。				
21:00									土曜 21時閉館						
21:50	※コロナ感染予防の為、プールエリアでは他の会員様と近距離での会話はご遠慮いただきますようご協力お願いいたします。														