











2021年7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			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				
	 10:20～10:50 アクアビクス 木村														
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 瀬川		 11:00～11:30 はじめてクロール 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		13:00～14:00 練習コース スズ				
12:00	11:45～12:15 燃えよ脂肪 國吉		11:45～12:15 みんなでバタフライ 瀬川		 11:45～12:15 はじめてマスターズ 國吉		11:40～12:10 みんなでクロール 瀬川		※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。		日曜 16時閉館				
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 みんなで背泳ぎ 佐々木		 12:25～12:55 水中ウォーキング 國吉		12:55～17:30 スイミング スクール (全コース使用)		日曜 16時閉館  …初心者の方でも安心				
15:15	15:15～18:30 スイミングスクール (全コース使用)								12:55～17:30 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	※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。				
20:00									19:45～ 20:30 マスターズ 練習コース	土曜 21時閉館					
	20:20～20:50 みんなでバタフライ 若井		20:15～21:00 マスターズ 若井		 20:20～20:50 みんなでクロール 瀬川		20:20～20:50 ソフトマスターズ 若井								
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。														