

● J S S 釧路 時間割表 ●

2025年1月

	月	火	水	木	金	土	日
9:10	●フロント受付時間● 月火木金 12:00-19:30 土曜日 8:30-18:00 ●入館時間● 授業開始15分前から入館できます。		休館日	★ジュニアコース対象★ 無料送迎バス利用クラス 月/火/木/金 B1・B2・B4・B5 C1・C2・C4・C5 土曜/BB6・CC6 詳しくはフロントまでお問い合わせください		AA6クラス	休館日
10:20						9:10～9:20体操 9:20～10:20	
11:30						BB6クラス 10:20～10:30体操 10:30～11:30	
13:00	13:00～13:45	13:00～13:45	休館日	13:00～13:45	13:00～13:45	CC6クラス 11:30～11:40体操 11:40～12:40	休館日
13:15	水中ウォーキング	成人スイミング		水中ウォーキング	成人スイミング		
13:30		13:00～14:30		13:00～14:30	13:00～14:30	ベビーコース	
13:50	ベビーコース	フリーコース		フリーコース	フリーコース	13:30～14:20	
	13:50～14:40					JSS部	
	13:00～14:30					13:20～13:30体操 13:30～14:30	
14:30	フリーコース						
15:00	A1クラス	A2クラス		A4クラス	A5クラス	DD6クラス	
	15:00～15:10体操 15:10～16:10	15:00～15:10体操 15:10～16:10		15:00～15:10体操 15:10～16:10	15:00～15:10体操 15:10～16:10	15:00～15:10体操 15:10～16:10	
16:00	B1クラス	B2クラス		B4クラス	B5クラス		
	16:00～16:10体操 16:10～17:10	16:00～16:10体操 16:10～17:10		16:00～16:10体操 16:10～17:10	16:00～16:10体操 16:10～17:10		
17:00	C1クラス	C2クラス		C4クラス	C5クラス	選手クラス	
	17:00～17:10体操 17:10～18:10	17:00～17:10体操 17:10～18:10		17:00～17:10体操 17:10～18:10	17:00～17:10体操 17:10～18:10	16:00～16:10体操 ①16:10～18:10 ②16:10～18:10	
18:00	JSS部	JSS部		JSS部	JSS部		
	18:10～18:20体操 18:20～19:20	18:10～18:20体操 18:20～19:20		18:10～18:20体操 18:20～19:20	18:10～18:20体操 18:20～19:20		
	選手クラス	選手クラス		選手クラス	選手クラス		
	17:30～17:40体操 ①17:40～19:40 ②17:40～19:10	17:30～17:40体操 ①17:40～19:40 ②17:40～19:10		17:30～17:40体操 ①17:40～19:40 ②17:40～19:10	17:30～17:40体操 ①17:40～19:40 ②17:40～19:10		
19:40							