JSS松江　プログラムスケジュール

2025年4月～

	月	火	水	木	金	土	日
	レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	レッスン	
7:30						選手A・B 7:30～8:45	
8:45							
9:00						ジュニア　JJ 8:45～10:00	
10:00	バイポリン 10:00～10:45	ハツラツコース 10:00-10:50		ハツラツコース 10:00-10:50	ハツラツコース 10:00-10:50	ジュニア　AA 9:45～11:00	
11:00	ベビー 10:45～11:45			ベビー 10:45～11:45			
30	元気コース 11:10～12:00	レディース 11:00-12:00		元気コース 11:10～12:00	レディース 11:00-12:00	リトルキッズ 11:00～11:40 ベビー 11:15～12:15 元気コース 11:10～12:00	
12:00							
30	レディースコース 12:00～13:00						休館日
13:00							
30		保育園クラス			保育所クラス	ジュニア　A6 13:00～14:15	
14:00	水中健康運動コース（60歳以上） 13:50-14:50			水中健康運動コース （60才以上） 13:50-14:50			
30		保育園クラス			幼稚園クラス	ジュニア　B6 14:00～15:15	
15:00							
30	ジュニア　B1 15:30～16:45	ジュニア　B2 15:30～16:45	休館日	ジュニア　B4 15:30～16:45	ジュニア　B5 15:30～16:45	ジュニア　C6 15:00～16:15	
16:00							
30							
17:00	ジュニア　C1 16:30～17:45	ジュニア　C2 16:30～17:45		ジュニア　C4 16:30～17:45	ジュニア　C5 16:30～17:45	ジュニア　D6 16:00～17:15	
30						選手A 16:15～18:00	
18:00	ジュニア　D1 17:30～18:45 育成	ジュニアD2 17:30～ 18:45		ジュニア　D4 17:30～18:45 育成	ジュニア　D5 17:30～18:45 育成	JSS部エンジョイ 17:15～18:15	
30		選手B 17:30～ 19:05					
19:00	選手A・B 18:45～	成人 19:10 ～ 20:10		選手A・B 18:45～	選手A・B 18:45～	成人 18:15-19:15	
30		選手A 18:45～ 20:30					
20:00							
30							
21:00							