

タイムスケジュール

休館日	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
日曜日	水中ウォーキング 10:10~10:30		浮き棒ピクス 10:10~10:30		水中ウォーキング 10:10~10:30		バタフライ 10:10~10:30		選手 K5 K6 K7		
	クロール 10:30~10:50		個人メドレー 10:30~10:50		背泳ぎ 10:30~10:50		スタート(飛込) 10:30~10:50		ジュニアAA6 9:10~10:15		
	レディース専用 水中体操11:00~11:15 11:00~12:15		ベビー 11:30~12:05		ゆったり専用 水中体操11:00~11:10 11:00~12:00		レディース専用 水中体操11:00~11:15 11:00~12:15		ジュニアBB6 10:10~11:15		
			平泳ぎ 12:20~12:40		ベビー 11:30~12:05				ベビー 11:30~12:05		
	水中エアロピクス 12:30~13:00		体操場 ヨガ 13:10 ~ 14:10	スタート(飛込) 12:40~13:00		基礎水泳 12:20~12:40		水中エアロピクス 12:30~13:00			
						リクエスト 12:40~13:00					
	ジュニア A2 15:00~15:50		ジュニア A3 15:00~15:50		ジュニア A4 15:00~15:50		ジュニア A5 15:00~15:50		ジュニア A6 12:45~13:35		リ-コース 11:30 18:00
	ジュニア B2 16:00~16:50		ジュニア B3 16:00~16:50		ジュニア B4 16:00~16:50		ジュニア B5 16:00~16:50		ジュニア B6 13:45~14:35		
	ジュニア C2 17:00~17:50		ジュニア C3 17:00~17:50		ジュニア C4 17:00~17:50		ジュニア C5 17:00~17:50		ジュニア C6 14:45-15:35	選手 K3	
選手 K3 K4 K5	スキルアップ・JSS部 18:00-18:50	選手 K6 K7	スキルアップ・JSS部 18:00-18:50	選手 K3 K4 K5	スキルアップ・JSS部 18:00-18:50	選手 K3 K4 K5	スキルアップ・JSS部 18:00-18:50	スキルアップ・JSS部 15:45-16:35	K4		
選手 K6 K7		成人クラス 19:45-20:45	リ-コース 18:50-20:30	選手 K6 K7		選手 K6 K7		成人クラス 17:00-18:00			