

# ～ か よ う び ～

<か よ う び AE2 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:10から17:05までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                         |
|                       | <p><b>1はん      ピンクマーリン8きゅう～ピンクマーリン2きゅう</b></p> <p><b>2はん      ピンクマーリン1きゅう～レッドマーリン6きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p>  |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:20から17:15までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                         |
|                       | <p><b>3はん      レッドマーリン5きゅう～オレンジマーリン4きゅう</b></p> <p><b>4はん      オレンジマーリン3きゅう～グリーンマーリン3きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                                                |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ か よ う び ～

<か よ う び AE3 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <p>17:10から18:05までプールでれんしゅう</p> <p>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～イエローマーリン4きゅう</p> <p>2はん      イエローマーリン3きゅう～ブルーマーリン3きゅう</p> <p>きがえたら、タオルをおくのたな、したから1・2だんめに<br/>おいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <p>17:20から18:15までプールでれんしゅう</p> <p>3はん      ブルーマーリン2きゅう～</p> <p>きがえたら、タオルをおくのたな、うえの3・4・5だんめに<br/>おいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                    |



おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ す い よ う び ～

<す い よ う び B2 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="259 242 2125 311" data-label="Text"><p>16:10から17:05までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="259 311 2125 831" data-label="Text"><p>1はん      ピンクマーリン8きゅう～レッドマーリン7きゅう<br/>2はん      レッドマーリン6きゅう～オレンジマーリン2きゅう</p><p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p><div data-bbox="1921 523 2078 683"></div></div> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="259 831 2125 900" data-label="Text"><p>16:20から17:15までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="259 900 2125 1433" data-label="Text"><p>3はん      オレンジマーリン1きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p><p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div>                                                                                                                                                              |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ す い よ う び ～

<す い よ う び B3 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="259 237 2125 300" data-label="Text"><p>17:10から18:05までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="259 300 2125 863" data-label="Text"><p>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p><p>きがえたら、タオルをおくのたな、したから1・2だんめに<br/>おいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="259 863 2125 925" data-label="Text"><p>17:20から18:15までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="259 925 2125 1430" data-label="Text"><p>2はん      グリーンマーリン2きゅう～</p><p>きがえたら、タオルをおくのたな、うえの3・4・5だんめに<br/>おいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div>         |



おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ も く よ う び ～

<も く よ う び C2 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:10から17:05までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                          |
|                       | <p><b>1はん      ピンクマーリン8きゅう～レッドマーリン7きゅう</b></p> <p><b>2はん      レッドマーリン6きゅう～オレンジマーリン3きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p>  |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:20から17:15までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                          |
|                       | <p><b>3はん      オレンジマーリン2きゅう～グリーンマーリン3きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                                                                                                 |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ も く よ う び ～

<も く よ う び C3 クラス>

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1グループ | <p data-bbox="772 240 1615 292">17:10から18:05までプールでれんしゅう</p> <p data-bbox="275 300 1839 368">1はん      ピンクマーリン8きゅう～オレンジマーリン2きゅう</p> <p data-bbox="275 395 1888 464">2はん      オレンジマーリン1きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p> <p data-bbox="268 563 1865 730">きがえたら、タオルをおくのたな、したから1・2だんめに<br/>おいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                 |
| 2グループ | <p data-bbox="772 866 1615 917">17:20から18:15までプールでれんしゅう</p> <p data-bbox="275 935 1245 1003">3はん      グリーンマーリン2きゅう～</p> <p data-bbox="1832 1050 2063 1257"></p> <p data-bbox="268 1257 1906 1417">きがえたら、タオルをおくのたな、うえの3・4・5だんめに<br/>おいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p> |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ き ん よ う び ～

<き ん よ う び AF2 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                    |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:10から17:05までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                     |
|                       | <p><b>1はん      ピンクマーリン8きゅう～ピンクマーリン1きゅう</b></p> <p><b>2はん      レッドマーリン8きゅう～レッドマーリン1きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>16:20から17:15までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                     |
|                       | <p><b>3はん      オレンジマーリン4きゅう～グリーンマーリン3きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをまんなかのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                            |



おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ き ん よ う び ～

<き ん よ う び AF3 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <p>17:10から18:05までプールでれんしゅう</p> <p>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～イエローマーリン4きゅう</p> <p>2はん      イエローマーリン3きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p> <p>きがえたら、タオルをおくのたな、したから1・2だんめに<br/>おいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <p>17:20から18:15までプールでれんしゅう</p> <p>3はん      グリーンマーリン2きゅう～</p> <p>きがえたら、タオルをおくのたな、うえの3・4・5だんめに<br/>おいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                    |



おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ ど よ う び ～

<ど よ う び D1 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>13:10から14:05までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                        |
|                       | <p><b>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～ピンクマーリン4きゅう</b></p> <p><b>2はん      ピンクマーリン3きゅう～レッドマーリン8きゅう</b></p> <p>きがえたら、タオルをてまえのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p>  |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <b>13:20から14:15までプールでれんしゅう</b>                                                                                                                                                                                                                        |
|                       | <p><b>3はん      レッドマーリン7きゅう～</b></p> <p>きがえたら、タオルをてまえのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p>                                                                                                                                             |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ ど よ う び ～

## <ど よ う び D2 クラス>

|                       |                                                                 |                           |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | 14:10から15:05までプールでれんしゅう                                         |                           |
|                       | 1はん                                                             | ピンクマーリン8きゅう～オレンジマーリン4きゅう  |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | 2はん                                                             | オレンジマーリン3きゅう～イエローマーリン2きゅう |
|                       | きがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。   |                           |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | 14:20から15:15までプールでれんしゅう                                         |                           |
|                       | 3はん                                                             | イエローマーリン1きゅう～グリーンマーリン3きゅう |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | 4はん                                                             | グリーンマーリン2きゅう～             |
|                       | きがえたら、タオルをまんなかのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。 |                           |



おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ ど よ う び ～

<ど よ う び D5 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="264 242 2114 309" data-label="Text"><p>15:10から16:05までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="277 323 1827 391" data-label="Text"><p>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p></div> <div data-bbox="268 582 1865 750" data-label="Text"><p>きがえたら、タオルをおくのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div> <div data-bbox="1899 587 2078 790" data-label="Image"></div> |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="264 831 2114 898" data-label="Text"><p>15:20から16:15までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="277 912 1245 979" data-label="Text"><p>2ぱん      グリーンマーリン2きゅう～</p></div> <div data-bbox="268 1171 1906 1348" data-label="Text"><p>きがえたら、タオルをおくのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div>                                                                     |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ ど よ う び ～

<ど よ う び D3 クラス>

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="264 239 2114 300" data-label="Text"><p>16:10から17:05までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="271 300 1832 368" data-label="Text"><p>1ぱん      ピンクマーリン8きゅう～グリーンマーリン3きゅう</p></div> <div data-bbox="264 563 1868 730" data-label="Text"><p>きがえたら、タオルをてまえのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでプールサイドにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div>                                                                                                                                               |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ | <div data-bbox="264 863 2114 925" data-label="Text"><p>16:20から17:15までプールでれんしゅう</p></div> <div data-bbox="271 925 1249 1000" data-label="Text"><p>2はん      グリーンマーリン2きゅう～</p></div> <div data-bbox="264 1254 1912 1414" data-label="Text"><p>きがえたら、タオルをてまえのたな、うえの3・4・5だんめにおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。</p></div> <div data-bbox="1783 1075 2024 1331" data-label="Image"></div> |

おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。

# ～ に ち ょ う び ～

<に ち ょ う び S1 クラス>

|                                                                                                                   |                           |                           |                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                             | 9:20から10:15までフールでれんしゅう    |                           |                                                                                     |
|                                                                                                                   | 1はん                       | ピンクマーリン8きゅう～レッドマーリン6きゅう   |  |
| 2はん                                                                                                               | レッドマーリン5きゅう～レッドマーリン1きゅう   |                           |                                                                                     |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                             | 9:30から10:25までフールでれんしゅう    |                           |                                                                                     |
|                                                                                                                   | 3はん                       | オレンジマーリン4きゅう～オレンジマーリン1きゅう |                                                                                     |
| 4はん                                                                                                               | イエローマーリン4きゅう～グリーンマーリン3きゅう |                           |                                                                                     |
| 3<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                             | 9:35から10:30までフールでれんしゅう    |                           |                                                                                     |
|                                                                                                                   | 5はん                       | グリーンマーリン2きゅう～             |                                                                                     |
| おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。                                                                                            |                           |                           |                                                                                     |
| 1・2はんはきがえたら、タオルをてまえのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでフールサイドにいきましょう。3・4・5はんはうえの3・4・5だんめにタオルをおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。 |                           |                           |                                                                                     |

# ～ に ち ょ う び ～

<に ち ょ う び S2 クラス>

|                                                                                                                    |                         |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------|
| 1<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                              | 10:20から11:15までフールでれんしゅう |                          |
|                                                                                                                    | 1はん                     | ピンクマーリン8きゅう～ピンクマーリン2きゅう  |
|                                                                                                                    | 2はん                     | ピンクマーリン1きゅう～レッドマーリン5きゅう  |
| 2<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                              | 10:30から11:25までフールでれんしゅう |                          |
|                                                                                                                    | 3はん                     | レッドマーリン4きゅう～オレンジマーリン2きゅう |
|                                                                                                                    | 4はん                     | オレンジマーリン1きゅう～ブルーマーリン1きゅう |
| 3<br>グ<br>ル<br>ー<br>プ                                                                                              | 10:35から11:30までフールでれんしゅう |                          |
|                                                                                                                    | 5はん                     | グリーンマーリン4きゅう～            |
|                                                                                                                    | おくれてしまってもあわてず、あるいていこう。  |                          |
| 1・2はんはきがえたら、タオルをまんなかのたな、したから1・2だんめにおいて、みずぎでフールサイドにいきましょう。3・4・5はんはうえの3・4・5だんめにタオルをおいて、みずぎでたいそうじょうにいきましょう。トイレはすませてね。 |                         |                          |

