

# JSS大原 2023年5月～ タイムテーブル

	火	水	木	金	土	日
07:00						
08:00						選手 K SK 07:00～09:15
09:00						08:55～更衣室 体操 09:10～09:30
10:00						3歳～中学生 S1 09:30～10:30
11:00	10:45～更衣室 体操11:00～11:15 水中健康運動 P1 P2 P3 11:15～12:00	10:30～更衣室 体操10:45～11:00 ベビー(6ヶ月～3歳未満) B0 11:00～11:45	10:45～更衣室 体操11:00～11:15 水中健康運動 P1 P2 P3 11:15～12:00	10:45～更衣室 体操11:00～11:15 水中健康運動 P1 P2 P3 11:15～12:00	10:30～更衣室 体操10:45～11:00 ベビー(6ヶ月～3歳未満) E0 11:00～11:45	09:55～更衣室 体操 10:10～10:30
12:00					11:35～更衣室	3歳～中学生 S2 10:30～11:30
13:00	アクアピクス W O 12:10～12:55	健康運動教室 R1 R2 12:20～13:00	アクアピクス W O 12:10～12:55	アクアピクス W O 12:10～12:55	マスターズ M 11:50～12:50	アクアピクス W O 12:30～13:15
14:00	フリー J1 J3 12:00～15:00	フリー J1 J3 12:00～15:00	フリー J1 J3 12:00～15:00	フリー J1 J3 12:00～15:00	レディース L1 L2 L3 GL 13:15～14:15	フリー J4 T 12:30～15:00
15:00					12:50～更衣室 体操13:05～13:20	開放コース FA-1 12:30～15:00
16:00	15:45～更衣室 体操 16:00～16:20 3歳～小学生 ピンク8級～グリーン3級 A2 E2 16:20～17:20	15:20～更衣室 体操15:35～15:50 キンダー(2歳～小学生未満) E1 15:50～16:20	15:45～更衣室 体操 16:00～16:20 3歳～小学生 ピンク8級～グリーン3級 C2 16:20～17:20	15:45～更衣室 体操 16:00～16:20 3歳～小学生 ピンク8級～グリーン3級 A2 F2 16:20～17:20	14:45～更衣室 体操 15:00～15:20	13:45～更衣室 体操 14:00～14:20
17:00	16:45～更衣室 体操 17:00～17:20	16:45～更衣室 体操 16:20～17:20	16:45～更衣室 体操 17:00～17:20	16:45～更衣室 体操 17:00～17:20	小学生 D2 14:20～15:20	小学生 D2 14:20～15:20
18:00	小学生 A3 E3 17:20～18:20	小学生 B3 17:20～18:20	小学生 C3 17:20～18:20	小学生 A3 F3 17:20～18:20	小学生 D5 15:20～16:20	小学生 D3 16:20～17:20
19:00	選手 K SK I 18:00～20:00	選手 K SK I 18:00～20:00	選手 K SK I 18:00～20:00	選手 K SK I 18:00～20:00	14:50～更衣室 体操 15:00～15:20	選手 K SK I 17:20～19:45
20:00	フリー J2 J3 19:20～21:00	フリー J2 J3 19:20～21:00	フリー J2 J3 19:20～21:00	フリー J2 J3 19:20～21:00	15:45～更衣室 体操 16:00～16:20	フリー J2 J3 J4 18:45～20:45
21:00	成人 G1 G2 G3 T GL 20:00～21:00	成人 G1 G2 G3 T GL 20:00～21:00	成人 G1 G2 G3 T GL 20:00～21:00	成人 G1 G2 G3 T GL 20:00～21:00	16:45～更衣室 体操 17:00～17:20	体操19:30～19:45
	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館	