## JSS大原 2023年5月~ タイムテーブル

	しつつ人間。と	UL34Jn	7101	MID			_
	火	水	木	金	±	В	
07:00							07:00
08:00						選手	08:00
						K SK	
						07:00~09:15	
09:00						08:55~更衣室	09:00
						体操	
						09:10~09:30	
10:00						3歳~中学生 09:55~更衣室	10:00
						S1 体操	
		10:30~更衣室			10:30~更衣室	09:30~10:30 10:10~10:30	
11:00	10:45~更衣室	体操10:45~11:00	10:45~更衣室	10:45~更衣室	体操10:45~11:00	3歳~中学生	11:00
	体操11:00~11:15	ベビー(6ヶ月~3歳未満)	体操11:00~11:15	体操11:00~11:15	ベビー(6ヶ月~3歳未満)	S2	
	水中健康運動 P1 P2 P3	B0 11:00~11:45	水中健康運動 P1 P2 P3	水中健康運動 P1 P2 P3	B0 11:00~11:45	10:30~11:30	
12:00			11:15~12:00	11:15~12:00	11:35~更衣室		12:00
	マカマビカフ	マカマビカフ		マカマドカフ	<b>フ</b> フカーブ		
	アクアビクス W O	健康運動教室 アクアビクス   W O	健康運動教室	アクアビクス W O	マスターズ M	アクアビクス	1
13:00		R1 R2 12:10~12:55	R1 R2	12:10~12:55	11:50~12:50	WO	13:00
		12:20~13:00	12:20~13:00		12:50~更衣室	12:30~13:15	
	フリー J1 J3 レディース	フリー J1 J3 レディース	フリー W O J1 J3 13:00~13:45	フリー J1 J3 レディース	体操13:05~13:20	開放コース フリー FA-1	
14:00	12:00~15:00 L1 L2 L3 GL	12:00~15:00 L1 L2 L3 GL	12:00~15:00	12:00~15:00 L1 L2 L3 GL	3歳~小学生未満 13:45~更衣室	J4 T 12:30~15:00	14:00
	13:15~14:15	13:15~14:15		13:15~14:15	D1 体操	12:30~15:00	
	アクアスティック Q		成人 H		13:20~14:20 14:00~14:20		
15:00			14:00~15:00		14:45~更衣室 小学生		15:00
					体操 D2		
	15:20~更衣室			15:20~更衣室	15:00~15:20 14:20~15:20		
16:00	<b>15:45~</b> 更衣室 体操15:35~15:50	15:45~更衣室	15:45~更衣室	15:45~更衣室 体操15:35~15:50			16:00
	体操 キンダー(2歳~小学生未満)	体操	体操	体操 キンダー(2歳~小学生未満)	D5 体操		
	16:00~16:20 E1 15:50~16:20 3歳~小学生	16:00~16:20 3歳~小学生	16:00~16:20 3歳~小学生	16:00~16:20 F1 15:50~16:20 3歳~小学生	15:20~16:20 16:00~16:20		
	ピンク8級~グリーン3級 16:45~更衣室	ピンク8級~グリーン3級 16:45~更衣室	ピンク8級~グリーン3級 16:45~更衣室	ピンク8級~グリーン3級 16:45~更衣室	小学生		
17:00	A2 E2 体操 16:20~17:20 17:00~17:20	B2 体操 16:20~17:20 17:00~17:20	C2 体操 16:20~17:20 17:00~17:20	A2 F2 体操 16:20~17:20 17:00~17:20	D3 16:20~17:20		17:00
					10.20 17.20		
40.00	小学生	小学生	小学生	小学生			10.00
18:00	A3 E3 17:20~18:20	B3 17:20~18:20	C3 17:20~18:20	A3 F3 17:20~18:20	選手		18:00
					K SK I		
10:00	選手	選手 K SK I	選手 K SK I	選手	17:20~19:45		19:00
19.00	K SK I 18:00~20:00	18:00~20:00	18:00~20:00	K SK I 18:00~20:00	J2 J3 J4		19.00
					<u>18:45∼20:45</u>		
20:00	体操19:45~20:00		体操19:45~20:00		体操19:30~19:45		20:00
20.00		アクアビクス		アクアビクス	成人		20.00
	フリー 成人 (1,00,00, 下,0)	フリー 0	フリー 成人	フリー 0	G1 G2 G3 T GL		
21:00	J2 J3 G1 G2 G3 T GL 19:20~21:00 20:00~21:00	J2 J3 <u>20:05~20:50</u> 19:20~21:00	J2 J3 G1 G2 G3 T GL 19:20~21:00 20:00~21:00	J2 J3 <u>20:05~20:50</u> 19:20~21:00	19:45~20:45		21:00
0	20100 21.00		25.05		1		
	21.20門館	21.20門館	21.20門衛	21.20門 6	21.20門衛		J
	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館	21:30閉館		