

プールプログラム

2014年4月~

	9:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00	
月曜日		ベビー	カナヅチ いきつぎ	成人 J1 初級~上級	アクア ピクス	成人 J2 マスターズ M1・M2		シニア J3 初級~中級	シニア J4 上級	AB6	AB7		小学生 J8 10~S2級	育成 J9 S1級以上		選手		アクアピクス45 19:15~	成人 J11 中級~上級								
			アクア シェーフ						ウォーキング プライベートレッスン				幼小 J7 10~2級														
火曜日		ダンベル	ウォーキング	成人 G1 初級~上級	アクア ピクス	成人 G2 マスターズ M1・M2	成人 G3 初級~中級		AB6	AB7		小学生 G8 10~S2級	育成 G9 S1級以上		選手			成人 G10 中級	アクアピクス45 20:30~	種目別初級							
							ベビー		やさしい 水中運動 プライベートレッスン			幼小 G7 10~2級															
水曜日		カナヅチ いきつぎ	ウォーキング	シニア D1 初級~上級	アクア ピクス	成人 D3 マスターズ M1・M2	アクア シェーフ45	お楽しみ45			幼小 D7 10~1級	小学生 D8 10~S2級	育成 D9 S1級以上		選手		カナヅチ いきつぎ	種目別初級	成人 D11 中級~上級	☆							
							ベビー		幼児D03 (45分) プライベートレッスン																		
木曜日		ベビー	カナヅチ いきつぎ	成人 K1 初級~上級	アクア ピクス	成人 K2 マスターズ M1・M2	シニア K3 初級~中級	シニア K4 上級	AB6	AB7		小学生 K8 10~S2級	育成 K9 S1級以上		選手			成人 K10 中級	アクアシェーフ45 20:30~	種目別初級							
			アクア シェーフ						ウォーキング プライベートレッスン			幼小 K7 10~2級															
金曜日		ダンベル	ウォーキング	成人 H1 初級~上級	アクア ピクス	成人 H2 マスターズ M1・M2	成人 H3 初級~中級		AB6	AB7		小学生 H8 10~S2級	育成 H9 S1級以上		選手			成人 H11 上級	アクアピクス45 20:30~	お楽しみ							
							ベビー		やさしい 水中運動 プライベートレッスン			幼小 H7 10~2級															
土曜日		幼小 E0 10~7級	シニア E1 初級~上級	ベビー	成人 E4 初級~上級	成人 E5 マスターズ M1・M2	幼小 E6 10~5級	幼小 E7 10~1級	幼小 E8 8~S2級	育成 E9 S1級以上	成人 E10 初級~中級	成人 E11 上級		選手													
			幼小 E01 6~1級	ウォーキング			幼児E03 (45分)																				
日曜日		幼小 F1 10~3級	小学生 F2 10~2級	育成 F5 1級以上	成人 F6 中級~上級	成人 F7 マスターズ M1・M2	子供会員開放			選手																	
		幼児F03 (45分)	ベビー 初級	ベビー 上級	初級	ウォーキング		☆	アクア シェーフ45																		

※ その他、短期水泳教室、外部団体指導、提携幼稚園指導及び消防訓練等でコースを使用する事もございます。

- ショートレッスン(予約制)
- 水中運動(アクアシェーフのみ予約制)
- 成人コース
- シニアコース
- プライベートレッスン(有料予約制)
- 子供会員開放
- 子供コース
- フリースイミングコース
- ☆ スタート練習(有料教室登録者の上級以上の方対象)