

プールフログラム

2016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	9:30	ベビー	カナヅチ いきつき	成人 J1 初級・中級・上級	アクア ピクス	成人 J2 マスターズ M1・M2	シニア J3 中級～上級	AB6 ウォーキング 親子74-(45分)	AB7 幼小 J7 10～2級	小学生 J8 10～S2級	育成 J9 S1級以上 選手	成人 J11 中級・上級			
	10:00		アクア シェーフ												
火曜日	9:30	ダンベル	ウォーキング	成人 G1 初級・中級・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・上級	AB6 やさしい 水中運動 親子74-(45分)	AB7 幼小 G7 10～2級	小学生 G8 10～S2級	育成 G9 S1級以上 選手	成人 G10 初～中級	アクアピクス45 20:30～	種目別初級	
	10:00						ベビー								
水曜日	9:30		ウォーキング	シニア D1 初～中級・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	カナヅチ いきつき 選手	種目別初級	成人 D11 中級・上級	☆
	10:00						ベビー	幼児D03 (45分)							
木曜日	9:30	ベビー	カナヅチ いきつき	成人 K1 初級・中級・上級	アクア ピクス	成人 K2 マスターズ M1・M2	シニア K3 中級～上級	AB6 ウォーキング 親子74-(45分)	AB7 幼小 K7 10～2級	小学生 K8 10～S2級	育成 K9 S1級以上 選手	成人 K10 初～中級	アクアシェーフ45 20:30～	種目別初級	
	10:00		アクア シェーフ												
金曜日	9:30	ダンベル	ウォーキング	成人 H1 初級・中級・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・上級	AB6 やさしい 水中運動 親子74-(45分)	AB7 幼小 H7 10～2級	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～		
	10:00						ベビー	幼稚園							
土曜日	9:30	幼小 E0 10～7級	シニア E1 中級～上級	ベビー	成人 E4 初級・中級・上級	成人 E5 マスターズ M1・M2	幼小 E6 10～3級	幼小 E7 10～1級	小学生 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		
	10:00		幼少 E01 6級～S1級	ウォーキング			幼児E03 (45分)								
日曜日	9:30	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						
	10:00	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)