

プールフロログラム

2023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 アクア シェーフ	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	成人初級 ウォーキング	AB6 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	施設利用 21:30分迄
火曜日	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 中級~上級 ベビー	やさしい 水中運動 親子74-(45分)	AB6 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40 20:30~21:10	施設利用 21:30分迄
水曜日	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40 13:35~14:15 ベビー お楽しみ40 14:20~15:00 幼児D03 (45分)	幼小 D7 10~1級	小学生 D8 10~S2級	育成 D9 S1級以上	カナヅチ いきつぎ 種目別初級 選手	成人 D11 中級・上級	施設利用 21:30分迄
木曜日	ベビー カナヅチ いきつぎ アクア シェーフ	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	成人初級 ウォーキング	AB6 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40 20:30~21:10	施設利用 21:30分迄
金曜日	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 中級~上級 ベビー	やさしい 水中運動 親子74-(45分) 幼稚園	AB6 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40 20:30~21:10	施設利用 21:30分迄
※短期教室開催時は平日9:30~10:00迄の使用可能フリースイムは2コースとなります。											
土曜日	幼小 E0 10~7級	シニア E1 中級~上級 幼少 E01 6級~S1級	ベビー ウォーキング	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 幼児E03 (45分)	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	施設利用 20:30分迄
日曜日	幼小 F1 10~3級 幼児F03 (45分)	小学生 F2 10~2級 ベビー 初級 ベビー 上級	育成 F5 1級以上	成人 F6 中級・上級 成人初級 ウォーキング	成人 F7 マスターズ M1・M2	子供会員開放 ☆ アクアシェーフ40 15:20~16:00	施設利用 18:30分迄		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 フライバートレッスン(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対象)		

※ その他、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。