

2024年 3月プールコース表

火曜日

	1	2	3	4	5	6	7
10							
11	筋肉 モデル						
12	初級 クロール						
13							
14	中級						
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

水曜日

	1	2	3	4	5	6	7
10							
11						健康歩行	
12					初級 背泳ぎ		
13	要予約	はじめてスイム					
14	中級						
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

木曜日

	1	2	3	4	5	6	7
10							
11	楽しくアクア モデル体操						
12	初級 平泳ぎ						
13							
14	上級						
15							
16							
17							
18							
19							中級
20							
21							

金曜日

	1	2	3	4	5	6	7
10							
11						健脚	
12	初級 バタフライ						
13							
14	めざせ マスターズ						
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

土曜日

	1	2	3	4	5	6	7
10							
11							
12	上級						
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							

マスタース向け
時間外レッスン実施中

毎週火曜・木曜
20:40~21:20

火曜日 園中・岡本
木曜日 松尾・山下

~プールご利用時間~
平日 20:45まで
土曜日 18:45まで
祝日 16:45まで

- 遊泳コース
- レッスン
- 歩行専用コース(遊泳禁止)
- ゆずりあいコース(歩行&遊泳)
- OFF(ご利用出来ません)

- 一列にて右側通行で遊泳・歩行して下さい
- 混雑時は他のお客様と譲り合ってください
- 遊泳コースは予告なく変更になる場合があります
- スイミングキャップを必ず着用して下さい

