

月
Mon

火
Tue

水
Wed

木
Thu

金
Fri

土
Sat

:30

9:00

:30

10:00

:30

11:00

:30

12:00

:30

13:00

:30

14:00

:30

15:00

:30

16:00

:30

17:00

:30

18:00

:30

19:00

:30

20:00

:30

21:00

:30



ジュニア
8:50 ~ 9:50

ジュニア
10:10 ~
11:10

マシーン
10:45 ~
13:15
ベビー
11:20 ~
12:00
キッズ
11:20 ~
12:05

フリー
12:15 ~
13:45

ジュニア
14:10 ~ 15:10

ジュニア
15:15 ~ 16:15

ベビー
11:00 ~ 11:40

La
婦人
10:30 ~
11:40

Lb
婦人
10:55 ~
12:05

ストレッチ
11:00 ~
12:00

ベビー
11:00 ~ 11:40

La
婦人
10:30 ~
11:40

Lb
婦人
10:55 ~
12:05

マシーン
11:30 ~
14:00

フリー
12:45 ~
14:45

アクアビクス
13:00 ~ 14:00

ヘルシー
13:00 ~ 14:00

マシーン
11:30 ~
14:00

フリー
12:45 ~
14:45

アクアビクス
13:00 ~ 14:00

フリー
12:45 ~
14:45

キッズ
15:15 ~
16:00

ジュニア
15:15 ~
16:15

ジュニア
16:20 ~ 17:20

ジュニア
17:30 ~ 18:30

ジュニア
17:30 ~ 18:30

キッズ
17:40 ~
18:25

ジュニア
17:30 ~
18:30

ジュニア
17:30 ~ 18:30

キッズ
17:40 ~
18:25

ジュニア
17:30 ~
18:30

泳力検定
コース
17:30 ~
18:30

マスターズ
17:30 ~
18:40

選手
18:30 ~

選手
18:45 ~

マスターズ
20:00 ~
21:10

フリー
20:00 ~
21:00

フリー
20:00 ~
21:00