

スイミングレッスンスケジュール表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
|-------|--------|---------------|--------|--------|---------------|--------|--------|--------|
| 9:00 | | | | | | | | 9:00 |
| 30 | | | | | | | | 30 |
| 10:00 | ウォーキング | ウォーキング | | ウォーキング | 流水 | ウォーキング | 流水 | ウォーキング |
| 30 | | | | | | ウォーキング | ベビー | 幼児 |
| 11:00 | ベビー | 婦人 | ウォーキング | ベビー | 婦人 | | | 一般公開 |
| 30 | | | | | | 腰痛 | 一般 | |
| 12:00 | 3才児 | 婦人 (上級者のみ) | | 3才児 | 婦人 (上級者のみ) | 成人健康 | | |
| 30 | 腰痛 | 成人健康 | | 腰痛 | 成人健康 | | 3才児・幼児 | |
| 13:00 | 成人健康 | 腰痛 | | 成人健康 | 腰痛 | 流水 | | |
| 30 | マタニティ | | | マタニティ | | | 3才児・幼児 | |
| 14:00 | | | ウォーキング | | | | | |
| 30 | | 一般 | | | 一般 | | 小学生 | |
| 15:00 | | | | | | | | |
| 30 | 幼児 | 3才児・幼児 | 3才児・幼児 | 幼児 | 3才児・幼児 | | 小学生 | |
| 16:00 | | | | | | | | |
| 30 | 小学生 | 小学生 | 小学生 | 小学生 | 小学生 | | 小学生 | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 30 | 小学生 | ドルフィン | 小学生 | 小学生 | 小学生 | | 12級育成 | 中高生 |
| 18:00 | | | | | | | | |
| 30 | 選手育成 | 選手育成 | | 選手育成 | ドルフィン | 中高生 | 選手育成 | |
| 19:00 | | | 選手・育成 | | | | | |
| 30 | | 一般 | | 一般 | 腰痛 | | 一般 | 腰痛 |
| 20:00 | | | | | | | | |
| 30 | 一般 | マスターズ | 一般 | マスターズ | | | マスターズ | |
| 21:00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 21:00 |

※赤文字は成人対象コースです。