

※月曜が祝日の場合は一般利用（9：00～18：00）のみ
※月曜以外の祝日の場合はフリープログラム休講となります

		日曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日																																						
		一般	子ども	大人	一般	子ども	大人	一般	子ども	大人	一般	子ども	大人	一般	子ども	大人	一般	子ども	大人																																				
9:00	↑		10:00	水泳 マスター 教室	↑				アクアビクス	↑		アクアビクス			アクアビクス			10:00	水泳 マスター 教室																																				
9:30																																																							
10:00				11:00					ジュニア 教室			11:00			はじめて スイム＆ リラクゼ ーション			11:00	水中 ウォー キング	11:00	はじめて スイム＆ リラクゼ ーション	11:00	水中 ウォー キング	11:00	ジュニア 教室	11:00	ジュニア 教室	11:00	ジュニア 教室																										
10:30																																																							
11:00									12:00						ジュニア 教室				12:00		ワンポイント レッスン		12:00		水泳 マスター 教室		12:00		水泳 マスター 教室	12:00	水泳 マスター 教室	12:00	ジュニア 教室	12:00	ジュニア 教室	12:00	ジュニア 教室																		
11:30																																																							
12:00															13:00						パーソナルスイム				13:00				水中 ウォー キング		13:00		水中 ウォー キング		13:00		水中 ウォー キング	13:00	水中 ウォー キング	13:00	ジュニア 教室	13:00	ジュニア 教室	13:00	ジュニア 教室										
12:30																																																							
12:30																					14:00								パーソナルスイム				14:00				水中 ウォー キング		14:00		水中 ウォー キング		14:00		水中 ウォー キング	14:00	水中 ウォー キング	14:00	ジュニア 教室	14:00	ジュニア 教室	14:00	ジュニア 教室		
13:00																																																							
13:30			15:00			スイム アタック		15:00			選手育成 コース			15:00			ワンポイント レッスン												15:00								選手育成 コース				15:00				ワンポイント レッスン		15:00		選手育成 コース		15:00		選手育成 コース	15:00	選手育成 コース
14:00																																																							
14:30				16:00							16:00	ジュニア 教室					16:00	ジュニア 教室		16:00		ジュニア 教室		16:00		ジュニア 教室		16:00									ジュニア 教室								16:00				ジュニア 教室				16:00		ジュニア 教室
15:00																																																							
15:30						17:00						17:00						障がい者 水泳教室	17:00			ジュニア 教室	17:00			ジュニア 教室	17:00			ジュニア 教室		17:00		ジュニア 教室		17:00	ジュニア 教室												17:00						ジュニア 教室
16:00																																																							
16:30									18:00									18:00				選手育成 コース			18:00	ワンポイント レッスン				18:00	選手育成 コース			18:00	ワンポイント レッスン		18:00	選手育成 コース		18:00		選手育成 コース		18:00											選手育成 コース
17:00																																																							
17:30															19:00							19:00				選手育成 コース					19:00		ワンポイント レッスン		19:00			選手育成 コース	19:00			ワンポイント レッスン	19:00			選手育成 コース		19:00		選手育成 コース		19:00			選手育成 コース
18:00																																																							
18:30	20:00		20:00		選手育成 コース		20:00	ワンポイント レッスン		20:00			選手育成 コース	20:00		ワンポイント レッスン					20:00					選手育成 コース			20:00				選手育成 コース					20:00			選手育成 コース														
19:00																																																							
19:30		20:30			20:30			選手育成 コース			20:30		ワンポイント レッスン			20:30	選手育成 コース			20:30				ワンポイント レッスン		20:30		選手育成 コース					20:30								選手育成 コース	20:30			選手育成 コース										
20:00																																																							
20:30				21:00				21:00				選手育成 コース	21:00				ワンポイント レッスン		21:00				選手育成 コース	21:00			ワンポイント レッスン	21:00				選手育成 コース				21:00					選手育成 コース				21:00	選手育成 コース									
21:00																																																							
21:30						21:30						21:30					選手育成 コース	21:30					ワンポイント レッスン		21:30		選手育成 コース			21:30		ワンポイント レッスン		21:30			選手育成 コース			21:30	選手育成 コース			21:30		選手育成 コース									
21:30																																																							
22:00									22:00								22:00					選手育成 コース	22:00				ワンポイント レッスン				22:00	選手育成 コース			22:00		ワンポイント レッスン		22:00		選手育成 コース		22:00			選手育成 コース	22:00	選手育成 コース							
21:30																																																							
22:00	22:30						22:30			選手育成 コース				22:30	ワンポイント レッスン						22:30	選手育成 コース					22:30		ワンポイント レッスン			22:30					選手育成 コース	22:30			選手育成 コース					22:30		選手育成 コース							
22:00																																																							
22:30		23:00			23:00					選手育成 コース	23:00				ワンポイント レッスン	23:00				選手育成 コース		23:00				ワンポイント レッスン			23:00				選手育成 コース				23:00				選手育成 コース	23:00						選手育成 コース							
22:30																																																							
23:00			23:30					23:30		選手育成 コース			23:30		ワンポイント レッスン				23:30	選手育成 コース				23:30		ワンポイント レッスン		23:30					選手育成 コース			23:30					選手育成 コース				23:30			選手育成 コース							
23:00																																																							
23:30				24:00						24:00		選手育成 コース			24:00			ワンポイント レッスン		24:00					選手育成 コース	24:00				ワンポイント レッスン			24:00	選手育成 コース						24:00	選手育成 コース			24:00				選手育成 コース							
23:30																																																							
24:00						24:30						24:30					選手育成 コース	24:30					ワンポイント レッスン		24:30					選手育成 コース	24:30			ワンポイント レッスン	24:30				選手育成 コース		24:30		選手育成 コース				24:30	選手育成 コース							
24:00																																																							
24:30	25:00								25:00					選手育成 コース			25:00				ワンポイント レッスン		25:00				選手育成 コース			25:00		ワンポイント レッスン		25:00				選手育成 コース	25:00				選手育成 コース			25:00		選手育成 コース							
24:30																																																							
25:00		25:30					25:30				選手育成 コース			25:30		ワンポイント レッスン					25:30	選手育成 コース					25:30		ワンポイント レッスン			25:30					選手育成 コース	25:30				選手育成 コース	25:30					選手育成 コース							
25:00																																																							
25:30			26:00					26:00			選手育成 コース		26:00			ワンポイント レッスン			26:00			選手育成 コース		26:00				ワンポイント レッスン	26:00							選手育成 コース	26:00					選手育成 コース			26:00			選手育成 コース							
25:30																																																							
26:00				26:30						26:30	選手育成 コース				26:30	ワンポイント レッスン				26:30		選手育成 コース				26:30		ワンポイント レッスン					26:30			選手育成 コース				26:30		選手育成 コース		26:30				選手育成 コース							
26:00																																																							
26:30					27:00						27:00	選手育成 コース				27:00		ワンポイント レッスン				27:00			選手育成 コース			27:00			ワンポイント レッスン				27:00	選手育成 コース					27:00	選手育成 コース					27:00	選手育成 コース							
26:30																																																							
27:00	27:30								27:30			選手育成 コース					27:30	ワンポイント レッスン					27:30		選手育成 コース					27:30	ワンポイント レッスン			27:30		選手育成 コース			27:30			選手育成 コース				27:30		選手育成 コース							
27:00																																																							
27:30		28:00					28:00					選手育成 コース		28:00				ワンポイント レッスン			28:00				選手育成 コース		28:00				ワンポイント レッスン	28:00				選手育成 コース		28:00				選手育成 コース	28:00					選手育成 コース							
27:30																																																							
28:00			28:30					28:30				選手育成 コース	28:30					ワンポイント レッスン	28:30					選手育成 コース	28:30				ワンポイント レッスン		28:30					選手育成 コース	28:30					選手育成 コース			28:30			選手育成 コース							
28:00																																																							
28:30				29:00						29:00		選手育成 コース			29:00			ワンポイント レッスン		29:00				選手育成 コース		29:00			ワンポイント レッスン				29:00			選手育成 コース				29:00		選手育成 コース		29:00				選手育成 コース							
28:30																																																							
29:00					29:30						29:30	選手育成 コース				29:30		ワンポイント レッスン				29:30		選手育成 コース				29:30	ワンポイント レッスン						29:30	選手育成 コース					29:30	選手育成 コース					29:30	選手育成 コース							
29:00																																																							
29:30	30:00								30:00			選手育成 コース					30:00	ワンポイント レッスン					30:00	選手育成 コース					30:00	ワンポイント レッスン				30:00		選手育成 コース			30:00			選手育成 コース				30:00		選手育成 コース							
29:30																																																							
30:00		30:30					30:30					選手育成 コース		30:30				ワンポイント レッスン			30:30			選手育成 コース			30:30			ワンポイント レッスン		30:30				選手育成 コース		30:30				選手育成 コース	30:30					選手育成 コース							
30:00																																																							
30:30			31:00					31:00				選手育成 コース	31:00					ワンポイント レッスン	31:00					選手育成 コース	31:00					ワンポイント レッスン	31:00					選手育成 コース	31:00					選手育成 コース			31:00			選手育成 コース							
30:30																																																							
31:00				31:30						31:30		選手育成 コース			31:30			ワンポイント レッスン		31:30				選手育成 コース		31:30				ワンポイント レッスン			31:30			選手育成 コース				31:30		選手育成 コース		31:30				選手育成 コース							
31:00																																																							
31:30					32:00						32:00	選手育成 コース				32:00		ワンポイント レッスン				32:00		選手育成 コース				32:00		ワンポイント レッスン					32:00	選手育成 コース					32:00	選手育成 コース					32:00	選手育成 コース							
31:30																																																							
32:00	32:30								32:30			選手育成 コース					32:30	ワンポイント レッスン					32:30	選手育成 コース					32:30	ワンポイント レッスン				32:30		選手育成 コース			32:30			選手育成 コース				32:30		選手育成 コース							
32:00																																																							
32:30		33:00					33:00					選手育成 コース		33:00				ワンポイント レッスン			33:00			選手育成 コース			33:00			ワンポイント レッスン		33:00				選手育成 コース		33:00				選手育成 コース	33:00					選手育成 コース							
32:30																																																							
33:00			33:30					33:30				選手育成 コース	33:30					ワンポイント レッスン	33:30					選手育成 コース	33:30					ワンポイント レッスン	33:30					選手育成 コース	33:30					選手育成 コース			33:30			選手育成 コース							
33:00																																																							
33:30				34:00						34:00		選手育成 コース			34:00			ワンポイント レッスン		34:00				選手育成 コース		34:00				ワンポイント レッスン			34:00			選手育成 コース				34:00		選手育成 コース		34:00				選手育成 コース							
33:30																																																							
34:00					34:30						34:30	選手育成 コース				34:30		ワンポイント レッスン				34:30		選手育成 コース				34:30		ワンポイント レッスン					34:30	選手育成 コース					34:30	選手育成 コース					34:30	選手育成 コース							
34:00																																																							
34:30	35:00								35:00			選手育成 コース					35:00	ワンポイント レッスン					35:00	選手育成 コース					35:00	ワンポイント レッスン				35:00		選手育成 コース			35:00			選手育成 コース				35:00		選手育成 コース							
34:30																																																							
35:00		35:30					35:30					選手育成 コース		35:30				ワンポイント レッスン			35:30			選手育成 コース			35:30			ワンポイント レッスン		35:30				選手育成 コース		35:30				選手育成 コース	35:30					選手育成 コース							
35:00																																																							
35:30			36:00					36:00				選手育成 コース	36:00					ワンポイント レッスン	36:00					選手育成 コース	36:00					ワンポイント レッスン	36:00					選手育成 コース	36:00					選手育成 コース			36:00			選手育成 コース							
35:30																																																							
36:00				36:30						36:30		選手育成 コース			36:30			ワンポイント レッスン		36:30				選手育成 コース		36:30				ワンポイント レッスン			36:30			選手育成 コース				36:30		選手育成 コース		36:30				選手育成 コース							
36:00																																																							
36:30					37:00						37:00	選手育成 コース				37:00		ワンポイント レッスン				37:00		選手育成 コース				37:00		ワンポイント レッスン					37:00	選手育成 コース					37:00	選手育成 コース					37:00	選手育成 コース							
36:30																																																							
37:00	37:30								37:30			選手育成 コース					37:30	ワンポイント レッスン					37:30	選手育成 コース					37:30	ワンポイント レッスン				37:30		選手育成 コース			37:30			選手育成 コース				37:30		選手育成 コース							
37:00																																																							
37:30		38:00					38:00					選手育成 コース		38:00				ワンポイント レッスン			38:00			選手育成 コース			38:00			ワンポイント レッスン		38:00				選手育成 コース		38:00				選手育成 コース	38:00					選手育成 コース							
37:30																																																							
38:00			38:30					38:30				選手育成 コース	38:30					ワンポイント レッスン	38:30					選手育成 コース	38:30					ワンポイント レッスン	38:30					選手育成 コース	38:30					選手育成 コース			38:30			選手育成 コース							
38:00																																																							
38:30				39:00						39:00		選手育成 コース			39:00			ワンポイント レッスン		39:00				選手育成 コース		39:00				ワンポイント レッスン			39:00			選手育成 コース				39:00		選手育成 コース		39:00				選手育成 コース							
38:30																																																							
39:00					39:30						39:30	選手育成 コース				39:30		ワンポイント レッスン				39:30		選手育成 コース				39:30		ワンポイント レッスン					39:30	選手育成 コース					39:30	選手育成 コース					39:30	選手育成 コース							
39:00																																																							
39:30	40:00								40:00			選手育成 コース					40:00	ワンポイント レッスン					40:00	選手育成 コース					40:00	ワンポイント レッスン				40:00		選手育成 コース			40:00			選手育成 コース				40:00									