

# プールのスケジュール

2020.10月～

	月	火	水	木	金	土	日
9:00							OPEN 9:00
	← 月～土 OPEN 9:30 →						
10:00		10:15 K		10:15 K		10:15 K	9:20 児童 10:20 児童 18～11級 対象
11:00		11:30 P		11:30 P		11:30 P	10:20 児童 11:20 児童 10～特級 対象
12:00		12:10 A		12:15 マスターズ		12:10 A	11:15 マスターズ 12:30
13:00	13:00 大人初級	13:00 レツ大人 ス		13:00 レツ大人 ス		13:00 大人初級	13:10 児童
14:00	13:50 水中	14:00 15000-		14:00 15000-		13:50 水中	14:10 児童
15:00			14:30 A		14:30 A		14:30 児童
16:00	15:50 児童	15:50 児童	15:50 児童	15:50 児童	15:50 児童	15:30 児童	16:30 児童 育成
17:00	16:50 児童	16:50 児童	16:50 児童	16:50 児童	16:50 児童	16:50 児童	17:30 1～特級
18:00							CLOSE 18:00
19:00	18:10 育成	18:10 育成	18:10 育成	18:10 育成	18:10 育成	18:10 育成	18:30 レツ大人 ス
	18:00 選手	18:00 選手	18:00 選手	18:00 選手	18:00 選手	18:00 選手	19:10 1～特級
20:00							19:30 20000
	20:15 レツ大人 ス	20:15 20000		20:15 レツ大人 ス	20:15 15000-	20:15 レツ大人 ス	20:30
21:00	21:15	21:15	21:15	21:15	21:15	21:15	
22:00	← 月～金 CLOSE 22:00 →						

マスターズは水曜日12:15～13:30と土曜日11:15～12:30に行います。

500～2000	メニューにそって時間内で表記の距離の完泳を目標とするクラス
K P	K=キンダークラス P=親子クラス
大人レッスン	時間内で30分×2 又は1時間×1の泳法レッスンを行います。(休講の場合あり)
水中	水中で水圧を感じながら運動するクラス(水中ウォーキング)