

## ●スイミングプールタイムスケジュール●

期間: 2025年10月1日~2026年3月31日

	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜
11:00						
12:00	アカ エクササイズ (4,5,6コース) 11:45~12:30 富澤 宏幸 無料		アカ エクササイズ (4,5,6コース) 11:30~12:15 力武 順子 無料			
13:00		水泳 中級 (4,5,6コース) 12:30~13:40 佐藤 和幸		水泳 上級 (4,5,6コース) 12:20~13:30 山口 大輔		
14:00	短期水泳 (5,6コース) 14:00~15:10 山口 大輔	水泳 初中級 (4,5,6コース) 13:40~14:50 佐藤 和幸	水泳 中級 (4,5,6コース) 13:20~14:30 山口 大輔	水泳 中上級 (4,5,6コース) 13:30~14:40 山口 大輔		プチホットヨガ (プールサイド) 14:00~15:00 MICHI 無料
15:00	水泳 中上級 (4,5,6コース) 15:10~16:20 山口 大輔	水泳 上級 (4,5,6コース) 14:50~16:00 山口 大輔	プチホットヨガ (プールサイド) 14:45~15:45 力武 美帆 無料	水泳 初中級 (4,5,6コース) 14:40~15:50 佐藤 和幸		
16:00				スノーケリング (6コース) 16:00~16:40 大本 秀樹 無料 ※月1~2回開催		
17:00						
18:00						
19:00						
20:00		マスターズ水泳 (4,5,6コース) 19:20~20:45 間柴 彩友美		マスターズ水泳 (4,5,6コース) 19:20~20:45 間柴 彩友美		
21:00	パドル & フィン コース (5,6コース) 21:00~21:45	パドル & フィン コース (5,6コース) 21:00~21:45	パドル & フィン コース (5,6コース) 21:00~21:45	パドル & フィン コース (5,6コース) 21:00~21:45		※土曜日は 21:15、日・祝日は 18:45までご利用いただけます。

## 第5・6コースのコース設定について

土曜・日曜・祝日は終日、  
第5コース: ロングコース(ゆっくり泳ぐコース)  
第6コース: ロングコース(速く泳ぐコース)となっております。  
ご利用方法につきましては、スタッフまでお問い合わせください。

## 通常のコース分けは、以下のとおりとさせていただきます。

第1コース : ウォーキングコース  
第2コース : 初心者コース  
第3,4,5コース : 25m以上泳ぐコース  
第6コース : ロングコース(50m以上止まらずに泳ぐ方)

火~金曜日 21:00~21:45はパドル & フィンコースとなります。  
お手持ちのパドル・フィンをご用意の上でご利用ください。  
ご利用方法につきましては、スタッフまでお問い合わせください。



- 各レッスンの期間に関しましては、講座案内・ダイビングスケジュールをご確認ください。
- 正課授業・課外活動・講座時は一部コースを専有いたしますので、ご協力をお願いいたします。
- 講座時にビデオ撮影を行うことがござります。使用コース以外は撮影いたしませんので、あらかじめご了承ください。