

●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ква エクササイズ (4,5,6 コース) 11:45～12:30 富澤 宏幸		アква エクササイズ (4,5,6 コース) 11:30～12:15 力武 順子			
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 MICHIE
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	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 ※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		

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。

※土曜日は 21:15、日・祝日は
 18:45 までご利用いただけます。

- 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います。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。

スイミングプール

第1コース
 第2コース
 第3コース
 第4コース
 第5コース
 第6コース

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 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。