

6月～ スクールプログラム

文書番号/ID-013-30

	10:00~11:00	11:00~12:00	12:00~13:00	13:00~14:00	14:00~15:00	15:00~16:00	16:00~17:00	17:00~18:00	18:00~19:00	19:00~20:00	20:00~21:00	21:00~22:15					
フリーコース	6	2	6	3	5	4	5	2	1	1	3	6					
プール		成人 11:00~12:00 初心者 平田 初級 丸山 中級 根本 上級 根本 マスターズ 根本		アクアシエイブ 12:15(45) 須川	らくらくスイム 13:10~13:55 丸山	スイムプライベート 14:00~14:45 中村・丸山	スイムプライベート 15:00~15:45 丸山	キッズ 16:00~ 1.カニ 平田 2.ペンギン 根本 3.ラッコ 中村 4.アシカ 丸山 5.トビウオ 原口 6.ドルフィン 助川	キッズ 17:00~ 4.アシカ 原口 5.トビウオ 丸山 6.ドルフィン 根本 7.オルカ 助川	キッズ 18:00~ 7.オルカ 助川 8.シャーク 助川 9.ボセイドン 助川 スイムプライベート 18:00~18:45 丸山	成人 19:00~20:00 初心者 助川 初級 助川 中級 助川 上級 助川						
体操						ホップ 15:00~15:50 須川	ステップ 16:00~16:50 須川・稲川	ジャンプ 17:00~17:50 平田									
フリーコース	6	2	6	4	3	6	5	2	1	3	6	3	6	2	6		
プール		成人 11:00~12:00 初心者 中村 初級 丸山 中級 大谷 上級 大谷	水中歩行 12:15(20) 南川	アクアピクス 12:45(45) 南川		スイムプライベート 14:00~14:45 大谷		キッズ 16:00~ 1.カニ 林 2.ペンギン 西山 3.ラッコ 丸山 4.アシカ 大谷 5.トビウオ 助川 6.ドルフィン 中村	キッズ 17:00~ 3.ラッコ 丸山 4.アシカ 助川 7.オルカ 中村 8.シャーク 中村	成人 18:00~19:00 初心者 丸山 初級 丸山 中級 助川 上級 助川	アクアシエイブ 19:15(30) 林	成人・マスターズ 20:00~21:00 初級 助川 中級 助川 上級 助川 マスターズ 大谷					
体操							ステップ 16:00~16:50 稲川	ジャンプ 17:00~17:50 稲川									
フリーコース	6	4		6	4	3	6	2		1	5		6				
プール		団体貸 11:00~13:00			水中歩行 13:15(20) 中村	アクアシエイブ 13:45(30) 中村		キッズ 15:00~ 1.カニ 平田 2.ペンギン 島田希 3.ラッコ 大谷 スイムプライベート 15:00~15:45 岩崎	キッズ 16:00~ 1.カニ 岩崎 2.ペンギン 須川 3.ラッコ 大谷 4.アシカ 中村 5.トビウオ 鴨田 6.ドルフィン 島田希	キッズ 17:00~ 5.トビウオ 岩崎 6.ドルフィン 鴨田 7.オルカ 島田希	キッズ 18:00~ 7.オルカ 大谷 8.シャーク 島田希 9.ボセイドン 島田希	スイムプライベート 19:15~20:00 中村					
体操								ステップ 16:00~16:50 平田	体操PV 須川								
フリーコース	6	3	6	4	6	4	6	5	2	1	4	6	2	6			
プール		アクアピクス 11:30(45) 岩崎		らくらくスイム 13:00~13:45 大谷		ゆったり水中運動 14:00~14:45 林	スイムプライベート 15:00~15:45 大谷	キッズ 16:00~ 1.カニ 林 2.ペンギン 島田智 3.ラッコ 鴨田 4.アシカ 根本 5.トビウオ 大谷 6.ドルフィン 稲川	キッズ 17:00~ 4.アシカ 鴨田 5.トビウオ 島田智 6.ドルフィン 大谷 7.オルカ 稲川	運動機能向上水中トレーニング 18:00~19:00 大谷・稲川		成人・マスターズ 20:00~21:00 初級 大谷 中級 大谷 上級 大谷 マスターズ 助川					
体操								ホップ 16:00~16:50 岩崎・須川	ステップ 17:00~17:50 須川・岩崎								
フリーコース	6	4	2	6	3	6	5	4	5	4	5	4	5	3	2	3	6
プール	10:15~10:55 岩崎	成人 11:00~12:00 初心者 岩崎 初級 稲川 中級 田淵 上級 田淵	アクアピクス 12:15(45) 田淵		スイムプライベート 13:30~14:15 田淵	スイムプライベート 14:30~15:15 田淵	スイムプライベート 15:15~16:00 田淵	キッズ 16:00~ 1.カニ 須川 2.ペンギン 西山 3.ラッコ 田淵 4.アシカ 稲川 5.トビウオ 助川	キッズ 17:00~ 6.ドルフィン 大谷 7.オルカ 助川 8.シャーク 助川	成人 18:00~19:00 初心者 大谷 初級 大谷 中級 助川 上級 助川	スイムプライベート 19:05~19:50 助川	成人 20:00~21:00 中級 寺田 上級 寺田 マスターズ 寺田					
体操							ホップ 15:00~15:50 須川	ステップ 16:00~16:50 岩崎	ジャンプ 17:00~17:50 岩崎								
空手								空手 17:30~18:30									
フリーコース	5	2	3	2	0	1	2	2	6	3	6	2	6				
プール	キッズ 10:00~ 1.カニ 山崎 2.ペンギン 丸山 3.ラッコ 寺田	キッズ 11:00~ 1.カニ 山崎 2.ペンギン 寺田 3.ラッコ 丸山	キッズ 12:00~ 1.カニ 助川 2.ペンギン 寺田 3.ラッコ 原口 4.アシカ 丸山 5.トビウオ 山崎	キッズ 13:00~ 1.カニ 原口 2.ペンギン 山崎 3.ラッコ 寺田 4.アシカ 助川 5.トビウオ 梅田 6.ドルフィン 丸山	キッズ 14:00~ 1.カニ 稲川 2.ペンギン 須川 3.ラッコ 丸山 4.アシカ 原口 5.トビウオ 助川 6.ドルフィン 梅田 7.オルカ 山崎	キッズ 15:00~ 1.カニ 岩崎 2.ペンギン 助川 3.ラッコ 梅田 4.アシカ 平田 5.トビウオ 原口 6.ドルフィン 中村 7.オルカ 丸山 8.シャーク 丸山	キッズ 16:00~ 1.カニ 平田 2.ペンギン 丸山 7.オルカ 原口 8.シャーク 原口 9.ボセイドン 原口	キッズ 17:00~ 1.カニ 丸山 2.ペンギン 平田 スイムプライベート 17:00~17:45 岩崎・田淵・助川	スイムプライベート 18:00~18:45 岩崎・田淵・助川	成人・マスターズ 19:00~20:00 中級 田淵 上級 田淵 マスターズ 田淵							
体操	ホップ 10:00~10:50 稲川・平田	ステップ 11:00~11:50 稲川・平田	ステップ 12:00~12:50 須川・稲川	ジャンプ 13:00~13:50 須川・平田													
チア						ジュニアI 15:00~15:50	ジュニアII 16:00~16:50										
フリーコース	6	3	5		4	6	4	6	4	6	6						
プール	10:15~10:55 助川	キッズ 11:00~ 1.カニ 助川 2.ペンギン 山崎 3.ラッコ 山崎	キッズ 12:00~ 1.カニ 山崎 2.ペンギン 助川 3.ラッコ 大谷	スイムプライベート 12:00~12:45 中村	スイムプライベート 13:00~13:45 中村・助川	スイムプライベート 14:00~14:45 助川・大谷	スイムプライベート 15:00~15:45 助川・大谷				団体貸 17:00~18:00						
体操	ホップ 10:00~10:50 平田・岩崎	ホップ 11:00~11:50 平田・岩崎	ステップ 12:00~12:50 平田・岩崎														

※太枠内のアクアプログラム、プライベートレッスンの参加には必ずWEBマイページからの予約が必要です。(右記QRコードを読み取って予約画面にお進みください。)

※使用コース変更時間 ■キッズスイミング:レッスン開始10分前 ■成人スイミング:準備体操開始後 ■アクアプログラム:レッスン開始5分前 ■団体貸切:レッスン開始5分前

入水時間	内容
50分	カニ〜ドルフィン
55分	オルカ〜シャーク
60分	ボセイドン

