

10月～ スクールプログラム

文書番号/ID-013-33

		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							
月	フリーコース	6		2		6	3		5		4		4		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			アクアシェイブ 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・助川		キッズ 16:00～ 1.カニ 中村 2.ペンギン 根本 3.ラッコ 平田 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 中村 5.トビウオ 丸山 6.ドルフィン 原口 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													
火	フリーコース	6		2		6	4	3	6	5		6		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) 斉藤	アクアピクス 12:45(30) 斉藤		スイムプライベート 14:00～14:45 大谷		6		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		アクアシェイブ 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・西山															
水	フリーコース	6		4				6	4	3	6	4		2				1		5		6									
	プール			団体貸 11:00～13:00					水中歩行 13:15(20) 中村	アクアシェイブ 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 松岡 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 松岡 5.トビウオ 鴨田 6.ドルフィン 原口		キッズ 17:00～ 5.トビウオ 松岡 6.ドルフィン 鴨田 7.オルカ 原口		キッズ 18:00～ 7.オルカ 平田 8.シャーク 大谷 9.ボセイドン 大谷		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															
木	フリーコース	6		3		6		4	6	4	6	5		2		1		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 松岡 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 根本 7.オルカ 松岡		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															
金	フリーコース	6	4		2		6	3		6	5	4	5	4	5	3		2		3		4		3		6					
	プール		ベビー 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 西山 上級 田淵 西山			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 19:00～19:45 田淵		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															
土	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 丸山 6.ドルフィン 西山		キッズ 14:00～ 1.カニ 稲川 2.ペンギン 寺田 3.ラッコ 中村 4.アシカ 原口 5.トビウオ 助川 6.ドルフィン 丸山 7.オルカ 山崎		キッズ 15:00～ 1.カニ 岩崎 2.ペンギン 寺田 3.ラッコ 山崎 4.アシカ 助川 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 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															
日	フリーコース	6	3		5				4		6	4		6	4		6		4		6										
	プール		ベビー 10:15～10:55 助川		キッズ 11:00～ 1.カニ 助川 2.ペンギン 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																									
				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																											
																															

※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



マイページ