

コース配置表 2025年12月

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00												一方通行コース 中上級者コース 上級者コース 中級者コース 初級者コース フリーコース スクール専用コース プログラム専用コース	
日	1	学童	学童	学童	親子	幼園児	幼園児		エキスパート				
	2					種目別レッスン 中級							
	3												
	4												
	5												
	6												
	7					アクア サイズ							
	8						SUP エクササイズ						
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00													
月	1	水中歩行 さかな教室	親子		泳力別初級		幼園児		学童				
	2				泳力別中級								
	3				泳力別上級								
	4												
	5												
	6												
	7		みっちり アクア		シャギット 足腰								
	8				サスラング								
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00													
火	1		親子		マタニティ		フィン スイム		幼園児		学童		ジョイスイム
	2												
	3		泳力別上級	種目別 初級									
	4				種目別 中級								
	5												
	6				※※								
	7				アクア サイズ		AQA MAX		みっちり アクア				アクア サイズ
	8												AQA-MAX
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00													
水	1	水中歩行 浮いて バタ足	親子	背・クロ	平・バタ	脂肪 燃焼	幼園児	幼園児	学童	学童	学童	日本泳法	泳力別 中上級
	2												
	3		泳力別 上級	初クロ									
	4						水泳レッスン (有料プログラム)						
	5												
	6				※※		種目別 初級						
	7				アクア サイズ								アクア サイズ
	8												AQA-MAX
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00													
木	1		親子	ハッピー初級	泳力別初級	フィン スイム	幼園児	幼園児	学童	学童	学童	種目別初級	
	2			ハッピー中級	泳力別中級								
	3			ハッピー 上級									
	4												
	5												
	6												
	7		みっちり アクア										
	8				アクア サイズ								アクア サイズ
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00													
金	1	水中歩行	初クロ	親子	マタニティ	幼園児	幼園児	学童	学童	学童	泳力別 初級	種目別 初中級	
	2												
	3												
	4												
	5			日本泳法	背・クロ	平・バタ	4泳法 レッスン						
	6					※※							
	7					アクア サイズ							アクア サイズ
	8												
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00													
土	1	泳力別初級	泳力別中級	泳力別上級	親子	幼園児	幼園児	学童	幼園児	学童	学童		
	2												
	3												
	4												
	5												
	6												
	7				アクア サイズ								アクア サイズ
	8												

* [緑色の枠] は整理券の必要なプログラムです。

整理券はプールサイド 本日のプログラム表よりお取り下さい。

アクアサイズの参加者が20名以上の場合
火・水・金曜日の※※のコースはアクアのコースとなります。

泳力別・ハッピースイム上級の参加者が10名未満の
場合、(レッスン開始10分経過時点)は1コースとなります。

*都合により、コース表示が変更となる場合がございます。
予めご了承下さい。