

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		
日	1													<div>一方通行コース</div> <div>中上級者コース</div> <div>上級者コース</div> <div>中級者コース</div> <div>初級者コース</div> <div>フリーコース</div> <div>スクール専用コース</div> <div>プログラム専用コース</div>
	2	学 童	学 童	学 童	親 子	幼稚園児	幼稚園児			エキスパート				
	3					種目別レッスン 中級								
	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 さん 教 室	親 子		泳力別初級		幼稚園児			学 童				
	2				泳力別中級									
	3				泳力別上級			学 童	学 童					
	4													
	5													
	6													
	7													
	8		みっちり アクア	シャ キット 足腰	サ ス・ マツ		SUP エクサ				アクア サイズ			
火	1		親 子		マタニティ		フィン スイム	幼稚園児			学 童		ジョイスイム	
	2													
	3		泳力別上級	種目別 初級				学 童	学 童					
	4					種目別 中級								
	5													
	6			※※										
	7			アクア サイズ										
	8					AQA MAX	みっちり アクア					AQA MAX	アクア サイズ	
水	1	水中歩行 浮いて バタ足	親 子	背・ク ロ	平・ バタ	脂肪 燃焼	幼稚園児	幼稚園児			学 童	日本泳法	泳力別 中上級	
	2													
	3		泳力別 上級	初クロ		水泳レッスン (有料プログラム)		学 童	学 童		学 童			
	4													
	5						種目別 初級							
	6			※※										
	7			アクア サイズ				アクア サーキット						AQA- MAX
	8									SUPヨガ				
木	1		親 子	ハッピー初級	泳力別初級	フィン スイム	幼稚園児				学 童	種目別初級		
	2			ハッピー中級	泳力別中級									
	3							学 童	学 童					
	4			ハッピー 上級	泳力別上級									
	5													
	6													
	7													
	8		みっちり アクア				アクア サイズ						SUP エクサ	アクア サイズ
金	1	水中歩行	初クロ	親 子		マタニティ	幼稚園児	幼稚園児			学 童	泳力別 初級	種目別 初中級	
	2													
	3							学 童	学 童					
	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		みっちり アクア				アクア サイズ		
	8													
土	1	泳力別初級	親 子				学 童	幼稚園児			学 童			
	2	泳力別中級			幼稚園児	幼稚園児								
	3	泳力別上級						学 童	学 童					
	4													
	5													
	6													
	7													
	8		アクア サイズ				AQA MAX					アクア サイズ		

※  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。