

■プール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|-------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| 09:00 | | | | | | プライベート 9:30-10:00 | |
| 10:00 | | プライベート 10:00-10:30 | プライベート 10:00-10:30 | | 燃焼アクア 10:00-10:45 | ベビー水泳 10:15-11:00 | |
| | エンジョイ スイム 10:30-11:00 | | | | | | |
| 11:00 | | 矯正クロール・ 背泳ぎ 11:00-12:00 | | はじめて アクア 11:00-11:30 | 初めてクロール・ 背泳ぎ 11:00-12:00 | 初めてクロール・ 背泳ぎ 11:10-12:10 | 親子水泳 11:00-11:45 |
| 12:00 | | | | プライベート 12:00-12:30 | | | プライベート 12:00-12:30 |
| | | | | | プライベート 12:30-13:00 | 幼児水泳 (～バタ足) 12:30-13:20 | プライベート 12:30-13:00 |
| 13:00 | プライベート 13:00-13:30 | 個人メドレー 13:00-14:00 | 平泳ぎ・ バタフライ 13:00-14:00 | 初めてクロール・ 背泳ぎ 13:00-14:00 | | | |
| | | | | | | 幼児キッズ水泳 13:30-14:30 | |
| 14:00 | | | | | | | |
| | ワンポイント アドバイス 14:30-15:00 | 水中 ウォーキング 14:30-15:00 | 腰痛予防 14:30-15:00 | 水中健康体操 14:30-15:00 | 腰痛予防 14:30-15:00 | 幼児キッズ水泳 14:30-15:30 | |
| 15:00 | | | | | | | プライベート 15:00-15:30 |
| | 6/12幼児水泳 (ふりかえ教室) 15:30-16:20 | 幼児水泳 (～バタ足) 15:30-16:20 | 幼児水泳 (～バタ足) 15:30-16:20 | 幼児水泳 (～バタ足) 15:30-16:20 | 幼児水泳 (～バタ足) 15:30-16:20 | キッズ水泳 (中級・上級) 15:30-16:30 | プライベート 15:30-16:00 |
| 16:00 | | | | | | | |
| | 6/12幼児水泳 (ふりかえ教室) 16:30-17:20 | 幼児キッズ水泳 16:30-17:30 | 幼児キッズ水泳 16:30-17:30 | 幼児キッズ水泳 16:30-17:30 | 幼児キッズ水泳 16:30-17:30 | | |
| 17:00 | | | | | | プライベート 17:00-17:30 | プライベート 17:00-17:30 |
| | | キッズ水泳 (中級・上級) 17:30-18:30 | キッズ水泳 (中級・上級) 17:30-18:30 | キッズ水泳 (中級・上級) 17:30-18:30 | キッズ水泳 (中級・上級) 17:30-18:30 | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | おまかせ中級 19:00-20:00 | ワンポイント アドバイス 19:00-19:30 | スタート& ターン 19:00-19:30 |
| | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |

スクール 有料 (幼児) 有料 (キッズ) 有料 (一般) プログラム 有料 無料