

月曜日 プールご案内

	5コース	4コース	3コース	2コース	1コース
9	歩行者・初心者コース	中・上級者コース	中・上級者コース	中・上級者コース	歩行者・初心者コース
10					
11			10:30	アクアウォーク 10:30～11:00	
12		11:05	アクアピクス 11:05～11:35		
13		11:35	11:40	ショートバック 11:40～12:20	
14			12:20		
15					専用利用 13:00～13:45
16				13:45	
17				14:30	ジュニアスイミング 14:30～15:30
18	ジュニアスイミング 15:30～16:45	歩行者・初心者コース	15:30	15:30	ジュニアスイミング 15:30～16:45
19	ジュニアスイミング 16:45～19:00 (プール・ジャグジーはご利用できません)				
20				19:30	ジュニアスイミング 19:00～19:30
21				19:40	ステップアップスイム 19:40～20:30
22				20:30	
23	歩行者・初心者コース	中・上級者コース	中・上級者コース	中・上級者コース	歩行者・初心者コース