

木曜日 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			11:00	アクアジョグ 11:00～11:30	
12			11:40	ショートバタフライ 11:40～12:20	
13			12:20	チャレンジ個々(4泳法) 12:20～13:20	
14			13:20	たまごスイム 13:30～14:30	
15			13:30		ジュニアスイミング 14:30～15:30
15:30			15:30		
16	ジュニアスイミング 15:30～16:45	歩行者・初心者 コース	15:30	ジュニアスイミング 15:30～16:45	
16:45					
17	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)				
18					
19			19:30	ジュニアスイミング 19:00～19:30	
20			19:40	アクアピクス 19:40～20:10	
21		20:15	小原工のスイムセミナー 20:15～21:30		
22		21:30			
22	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