

# 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	
歩行者・初心者コース	片道コース	往復コース	片道コース	歩行者・初心者コース		
9						9
10						10
11			11:10	ショートバック 11:40～12:20		11
12		12:00		チャレンジクロール 12:30～13:20		12
13		13:00				12:45
14			13:30	たまごスイム 13:30～14:30		13
15			14:30		ジュニアスイミング 14:30～15:30	14
15:30	ジュニアスイミング 15:30～16:45	歩行者・初心者 コース	15:30			14:30
16				ジュニアスイミング 15:30～16:45		15
16:45						15:30
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)		16
18						16:45
19			19:30	ジュニアスイミング 19:00～19:30		17
20			19:40	アクアピクス 19:40～20:10		19:30
21			20:10			19:40
22	歩行者・初心者コース	片道コース	往復コース	片道コース	歩行者・初心者コース	20:10
						20:15
						21:30
						22