

2/11（水・祝） 2/23（月・祝） 特別アクアプログラム

	2/11（水・祝）					2/23（月・祝）						プールエリア営業時間のご案内
	1コース	2	3	4	5	1コース	2	3	4	5		
9:00	【9:00 OPEN】					【9:00 OPEN】					9:00	【平日】 9：00～22：50 【土曜日】 9：00～20：50 【日曜日・祝日】 9：00～19：50
9:30	(有料登録制) スイムスクール 9:30～10:30 【スタートクラス】 小田喜										9:30	お知らせ
10:00											10:00	
10:30											10:30	
11:00	(有料登録制) REBORNS SWIM 10:40～11:40 小田喜					(有料登録制) REBORNS SWIM 10:35～11:35 小田喜					11:00	アクアプログラム参加方法
11:30										パーソナル レッスン 11:00～11:30 中村		
12:00						(有料登録制) スイムスクール 12:00～13:00 【初中級】 木部 【中上級】 中村					12:00	
12:30	(有料登録制) スイムスクール 12:30～13:30 【初級】 平田 【上級】 井上										12:30	
13:00										13:00		
13:30											13:30	①参加プログラム60分前より受付いたします。 ②2階プールカウンター横を確認していただきます。 ③参加したいプログラムの台帳に、お名前をフルネームで ご記入していただきます。 ※スキル系、コンディショニング系プログラムは、初回に お名前をご記入していただき、2回目以降は参加の 日付にレ点でチェックをしていただきます。 ※アクアビクスは毎回の記入となります。 ④お時間になりましたら、レッスンコース前にお集まりください。 ⑤プールに入ってくださいレッスン開始となります。
14:00	パーソナル レッスン 14:00～14:30 宇都木									14:00		
14:30										14:30		
15:00											15:00	
15:30											15:30	
16:00											16:00	* 同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」 併せてのご参加はご遠慮ください。 * レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加及び 途中退場は、安全管理上ご遠慮ください。 * 体調管理をお願いいたします。体調に異変を 感じた場合は、早急にお近くの スイミングスタッフまで お申し出ください。 (レッスン前に脈・血圧をご確認ください。) * 定員制のプログラムに関しましては、定員になり次第 締切とさせていただきますので ご注意ください。 * スイムスクール（別料金）となります。 * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。
16:30											16:30	
17:00						<選手コース> 17:00～18:30					17:00	
17:30											17:30	
18:00	<選手コース> 18:00～20:00										18:00	
18:30								18:30				
19:00								19:00				
19:30											19:30	施設利用時の注意事項・ご案内 * プールご利用の際は必ずシャワーを浴び、お化粧品等は 落としてください。貴金属類、時計はお外してください。 * レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、 クローズとなります。 * ご案内しておりますコース帯は、プール利用状況により 変更する場合がございます。 * スクールで使用しないコースに関しては、フリーでの遊泳が 可能となります。 * イベント実施などによりスケジュール変更、 中止になる場合がございます。
20:00	【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】					【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】					20:00	
20:30											20:30	
21:00											21:00	
21:30											21:30	
22:00											22:00	
22:30											22:30	
23:00											23:00	