

## 5/2 (土・祝) ~5/6 (水・祝) 特別アクアプログラム

	5/2 (土・祝)					5/3 (日・祝)					5/4 (月・祝)					
	1コース	2コース	3	4	5	1コース	2コース	3	4	5	1コース	2コース	3	4	5	
9:00	【9:00 OPEN】					【9:00 OPEN】					【9:00 OPEN】					9:00
9:30																9:30
10:00	パーソナルレッスン 10:00~11:00 宮村															10:00
10:30											(有料登録制) REBONS SWIM 10:35~11:35 木部					10:30
11:00																11:00
11:30																11:30
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																12:30
13:00																13:00
13:30											パーソナルレッスン 13:30~14:00 木部					13:30
14:00																14:00
14:30						パーソナルレッスン 14:00~14:30 澁谷										14:30
15:00						アクアダンス45 14:45~15:30 ゆみ 【定員36名】							<キッズスクール> Kids 14:50~16:00			15:00
15:30											15:30					
16:00											<キッズスクール> Jr.1 16:00~17:00					16:00
16:30						パーソナルレッスン 16:30~17:00 山田										16:30
17:00											<キッズスクール> Jr.2 17:00~18:00					17:00
17:30																17:30
18:00	<選手コース> 17:30~20:00										<選手コース> 18:00~19:30					18:00
18:30						18:30										
19:00						19:00										
19:30						19:30										
20:00	【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【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

		5/5 (火・祝)					5/6 (水・祝)						
		1コース	2コース	3	4	5	1コース	2コース	3	4	5	プールエリア営業時間のご案内	
9:00		【9:00 OPEN】					【9:00 OPEN】					9:00	【平日】 9:00~22:50
9:30	8:45~9:45 ＜キッズスクール＞ 体験会											9:30	【土曜日】 9:00~20:50 【日曜日・祝日】 9:00~19:50
10:00		アクアダンス30 10:00~10:30 宮村 星美 【定員36名】										10:00	フリー遊泳日
10:30		T-Crush30 10:40~11:10 宮村 星美 【定員36名】										10:30	5月2日(土)・3日(日・祝)・4日(月・祝)・5日(火・祝)・6日(水・祝)フリー遊泳となります。
11:00												11:00	★キャストが担当する無料プログラムは、 休講。 ゆみIRのレッスンは実施いたします。
11:30												11:30	
12:00		パーソナルレッスン 12:00~12:30 宮村/平田					パーソナルレッスン 12:00~12:30 宮村/平田					12:00	アクアプログラム参加方法
12:30		(有料登録制) スイムスクール 12:30~13:30 【中級】 宮村 【上級】 平田					(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	①参加プログラム60分前より受付いたします。
13:00												13:00	②2階プールカウンター横を確認していただけます。
13:30												13:30	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 ご記入していただけます。 ※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 日付にシ点でチェックしていただけます。 ※アクアピクスは毎回のご記入となります。
14:00							スクール準備					14:00	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。
14:30							＜キッズスクール＞ Kids 14:50~16:00					14:30	⑤プールに入ってくださいレッスン開始となります。
15:00							スクール準備					15:00	アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内
15:30		＜キッズスクール＞ Kids 14:50~16:00					＜キッズスクール＞ Kids 14:50~16:00					15:30	* 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。
16:00		＜キッズスクール＞ Jr.1 16:00~17:00					＜キッズスクール＞ Jr.1 16:00~17:00					16:00	* レッスン開始後5分が過ぎた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。
16:30		＜キッズスクール＞ Jr.2 17:00~18:00					＜キッズスクール＞ Jr.2 17:00~18:00					16:30	* 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。)
17:00		＜選手コース＞ 18:00~20:00					＜選手コース＞ 18:00~20:00					17:00	* 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。
17:30		＜選手コース＞ 18:00~20:00					＜選手コース＞ 18:00~20:00					17:30	* スイムスクール (別料金) となります。
18:00		＜選手コース＞ 18:00~20:00					＜選手コース＞ 18:00~20:00					18:00	* パーソナルレッスンは事前予約制 (別料金) となります。
18:30		＜選手コース＞ 18:00~20:00					＜選手コース＞ 18:00~20:00					18:30	施設利用時の注意事項・ご案内
19:00		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					19:00	* プールご利用の際は必ずシャワーを浴び、お化粧等は 落としてください。貴金属類、時計はお外してください。
19:30		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					19:30	* 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。
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	* 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。
20:30		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					20:30	* 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。
21:00		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					21:00	
21:30		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					21:30	
22:00		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					22:00	
22:30		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					22:30	
23:00		【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】					23:00	