

	月 曜 日						火 曜 日						水 曜 日						木 曜 日						土 曜 日						日 曜 日					
	平泳ぎ・クロール						平泳ぎ						平泳ぎ						クロール						スイムスクール体験受付中						スイムスクール					
	スクールプール						スクールプール						スクールプール						スクールプール						スクールプール						スクールプール					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
8:30	[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[10:00 OPEN]					
9:00																																				
9:30																																				
10:00																																				
10:30	マリン倶楽部 10:05～10:25												T-Crush 10:00～10:30 大川 慧太						サマー・バケーション/入門 10:10～10:30												<キッズスクール> Jr.1 10:00～11:00					
11:00	アクアシェイプ 10:30～11:00 山本 恵子												ベビースクール 10:30～11:40						ベビースクール 10:30～11:40												<キッズスクール> KIDS 11:00～12:00					
11:30	クロール・背泳ぎ/入門 11:05～11:25												スイムスクール 11:05～11:30 有川						スイムスクール 11:05～11:30 有川												<キッズスクール> Jr.2/Jr.3 12:00～13:15					
12:00	平泳ぎ・バタフライ/応用 11:35～11:55												スイムスクール 11:35～11:55						水中運動サークル (無料登録制) 11:40～12:20 榎野																	
12:30	マスターズサークル (有料登録制) 12:00～13:00 大川												スイムトレーニング 12:10～12:40						★アクアダンス 12:25～12:55 坂口 典子																	
13:00	スイムスクール (有料登録制) 13:00～14:00 初級 佐久間 中級 榎松 上級 有川												★アクアダンス 12:55～13:25 中谷 一江						マスターズクラス (有料登録制) 13:00～14:00 大川												スイムスクール (有料登録制) 13:00～14:00 初級 榎松 中級 榎松 上級 大川					
13:30																																				
14:00																																				
14:30																																				
15:00	<キッズスクール> KIDS 14:45～16:00												<キッズスクール> KIDS 14:55～16:00						<キッズスクール> KIDS 14:45～16:00												<キッズスクール> KIDS 14:30～14:45					
15:30																																				
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						<キッズスクール> Jr.1 16:00～17:00												スイムトレーニング 15:40～16:10					
16:30																																				
17:00	<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						<キッズスクール> Jr.2 17:00～18:00												スイムスクール 16:30～17:00 16:50～17:00 17:00～17:10					
17:30																																				
18:00	選手クラス 18:00～20:00												選手クラス 18:00～19:30						選手クラス 18:00～19:30												選手クラス 17:30～19:00					
18:30																																				
19:00																																				
19:30	スイムスクール (有料登録制) 19:30～20:30 初・中級 葛西 上級 久米												選手クラス 18:00～20:30						スイムスクール (有料登録制) 19:30～20:30 初級 榎松 中級 石川 上級 久米												マスターズサークル (有料登録制) 19:00～20:00 北原					
20:00																																				
20:30																																				
21:00	マスターズクラス (有料登録制) 20:40～21:40 葛西												T-Crush 20:40～21:10 榎沢 竜太						スイムスクール (有料登録制) 20:00～21:00 有川												[プール:19:50 CLOSE] [施設:20:00 CLOSE]					
21:30																																				
22:00																																				
22:30																																				
23:00	[プール:22:50 CLOSE]						[施設:23:00 CLOSE]																													

今月のフリー遊泳日

8月7日（木）

※**無料プログラム**がお休みの日です。
イベントを行う場合がございます。
予めご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

アクアピクス・フィンスイム参加方法

- プールカウンターにてプログラム台帳にお名前をご記入ください。
- 開始時間になりましたら、プールサイドまでお越しください。

※ 定員管理の為、各アクアピクス・フィンスイムのみ台帳にて記入ください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- ※同種目で「入門プログラム」と「応用プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
- ※レッスン開始後、5分過ぎる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。体調に異常を感じた場合は、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・血圧を測ご確認ください。）
- ※定員制のプログラムに関しましては受付方法が異なります。
- ※スイムスクール・REBORN'S SWIM・マスターズサークル・マスターズクラス・SEICAは登録制（別料金）となります。
- ※パーソナルレッスンは事前にメインフロントにて空き枠をご確認の上、ご入金後ご参加ください。
- ※レッスン担当コーチは変更となる場合があります。予めご了承ください。
- ※プログラム実施時は1コース当たりの人数を15名以内と設定いたします。
- ※アクアピクスの定員は先着順最大90名とさせていただきます。

施設利用時の注意事項・ご案内

- ※プールご利用前・トイレご使用後には必ずシャワーを浴びていただきますよう協力をお願いいたします。
- 尚、プールご利用の際は化粧・髪型料は無し、貴金属類は外していただきますよう協力ください。
- ※ご案内しておりませんコース等はプール利用状況により変更する場合がございます。
- ※祝祭日は10:30以前・19:00以降のレッスンは休講となります。
- ※掲載されていないイベントが急遽開催する場合がございます。予めご了承ください。

今月のスクール休講日

12日(火)～24日(日)
8/18(月)～24(日)までのスクールに関しては
6か月の間の振替とさせていただきます。

今月のフリー開放日

24日（日）16：15-18：00

※スクールプール3コース使用いたします
ご理解ご協力お願いいたします

今月のサークル開講日

第1.第4木曜日
7日(木)、28日(木)

夏期休館日

12日(火)～24日(日)まで

—

