

# プール プログラム

平成29年10月1日(日)改定

文書番号/ID-003-103

	10:00~11:00	11:00~12:00	12:00~13:00	13:00~14:00	14:00~15:00	15:00~16:00	16:00~17:00	17:00~18:00	18:00~19:00	19:00~20:00	20:00~21:00	21:00~22:00	
月	フリーコース	*	2	4	3	3	4	1	2	3	3	*	
	登録 (有料)		成人 11:00~12:00 初心者 武内 初級 大谷 中級 古田 上級 藤縄		らくらくスイム 13:00~13:45 武内	キッズ I 15:00~15:50 1カニ 松隈 2ペンギン 錦織 3ラッコ 大谷 4アシカ 藤縄	キッズ I 16:00~16:50 1カニ 古田 2ペンギン 武内 3ラッコ 松隈 4アシカ 大谷 5ヒウオ 藤縄 6ドルフィン 錦織	キッズ II 17:00~17:55 4アシカ 古田 5ヒウオ 松隈 6ドルフィン 藤縄 7オルカ 大谷	キッズ III 18:00~19:00 7オルカ 藤縄 8シャーク 藤縄 9ホセドン 武内	成人 19:00~20:00 初心者 大谷 初級 古田 中級 古田	成人 20:00~21:00 初級 古田 中級 古田 上級 古田		
	予約			水中歩行 12:05(20) 雨宮	アクアシエイブ 12:30(30) 雨宮	プライベート(有料) 13:00~13:45	プライベート(有料) 14:00~14:45						
火	フリーコース	* 4	* 2	* 3	* 5	* 3	1	2	* 3	* 2	*		
	登録 (有料)	ベビー 10:15~10:55 田川	成人 11:00~12:00 初心者 中原 初級 古田 中級 大谷 上級 小宮			キッズ I 15:00~15:50 1カニ 田川 2ペンギン 松隈 3ラッコ 小宮 4アシカ 藤縄	キッズ I 16:00~16:50 1カニ 松隈 2ペンギン 小宮 3ラッコ 大谷 4アシカ 田川 5ヒウオ 古田 6ドルフィン 藤縄	キッズ II 17:00~17:55 5ヒウオ 松隈 6ドルフィン 藤縄 7オルカ 小宮 8シャーク 古田 アシスタント 大谷	成人 18:00~19:00 初心者 小宮 初級 雨宮 中級 古田 上級 大谷		成人・マスターズ 20:00~21:00 初級 古田 中級 古田 上級 古田 マスターズ 小宮		
	予約			アクアシエイブ 12:15(30) 錦織	遊楽ウォーキング 13:00~13:30 錦織	はじめて水泳 14:00(30) 雨宮	プライベート(有料) 15:00~15:45				アクアシエイブ 19:15(30) 林		
水	フリーコース	*	4	* 4	3	5	3	1	2	* 3	5	* 5	
	登録 (有料)		団体貸切 11:00~13:00				キッズ I 15:00~15:50 1カニ 桜井 2ペンギン 古田 3ラッコ 田川 4アシカ 雨宮	キッズ I 16:00~16:50 1カニ 田川 2ペンギン 岡野 3ラッコ 新庄 4アシカ 古田 5ヒウオ 新井 6ドルフィン 雨宮	キッズ II 17:00~17:55 4アシカ 雨宮 5ヒウオ 新井 6ドルフィン 古田 7オルカ 岡野 アシスタント	キッズ III 18:00~19:00 7オルカ 新井 8シャーク 新井 9ホセドン 岡野			
	予約			水中歩行 13:10(20) 桜井	アクアシエイブ 13:35(30) 桜井	プライベート(有料) 14:10~14:55	プライベート(有料) 15:00~15:45				アクアピクス 19:15~20:00 前田 博俊	泳法別レッスン 20:10(30) 岡野	プライベート(有料) 21:00~21:45
木	フリーコース	*	2	3	* 3	* 3	1	2	* 3	* 2	*		
	登録 (有料)		成人 11:00~12:00 初心者 田川 初級 藤縄 中級 小宮 上級 武内		らくらくスイム 13:00~13:45 武内 フィン 13:00~13:45 新井	キッズ I 15:00~15:50 1カニ 古田 2ペンギン 田川 3ラッコ 岡野 4アシカ 小宮	キッズ I 16:00~16:50 1カニ 桜井 2ペンギン 田川 3ラッコ 古田 4アシカ 藤縄 5ヒウオ 岡野 6ドルフィン 小宮	キッズ II 17:00~17:55 4アシカ 小宮 5ヒウオ 藤縄 6ドルフィン 岡野 7オルカ 古田 8シャーク 武内	フィン 18:00~18:45 新井	成人 19:00~20:00 初心者 中原 初級 岡野 中級 岡野 フィン 19:00~19:45 新井	成人・マスターズ 20:00~21:00 初級 岡野 中級 岡野 上級 岡野 マスターズ 武内		
	予約			アクアピクス 12:05~12:50 新井	ウォーク&シェイプ 13:50~14:35 錦織	プライベート(有料) 15:00~15:45							
金	フリーコース	* 4	* 2	4	3	4	3	1	2	* 3	* 3	5	*
	登録 (有料)	ベビー 10:15~10:55 田川	成人 11:00~12:00 初心者 中原 初級 小宮 中級 武内 上級 大谷		らくらくスイム 14:00~14:45 大谷	キッズ I 15:00~15:50 1カニ 小宮 2ペンギン 田川 3ラッコ 大谷 4アシカ 藤縄	キッズ I 16:00~16:50 1カニ 新庄 2ペンギン 大谷 3ラッコ 岡野 4アシカ 田川 5ヒウオ 小宮 6ドルフィン 藤縄	キッズ II 17:00~17:55 5ヒウオ 岡野 6ドルフィン 雨宮 7オルカ 藤縄 8シャーク 大谷 アシスタント	成人 18:00~19:00 初心者 新庄 初級 小宮 中級 岡野 上級 武内		成人 20:00~21:00 初級 大谷 中級 岡野 上級 岡野		
	予約			水中歩行 12:05(20) 林	アクアシエイブ 12:30(30) 林	泳法別レッスン 13:30(30) 武内	プライベート(有料) 14:00~14:45	プライベート(有料) 15:00~15:45				アクアシエイブ 19:15(30) 雨宮	
土	フリーコース	4	2	3	2	1	2	5	* 3	* 3	*		
	登録 (有料)	キッズ I 10:00~10:50 1カニ 桜井 2ペンギン 武内 3ラッコ 錦織 アシスタント 大谷・新庄・中原	キッズ I 11:00~11:50 1カニ 中原 2ペンギン 大谷 3ラッコ 新井 成人 11:00~12:00 初心者 新庄 初級 武内 中級 武内 上級 武内	キッズ I 12:00~12:50 1カニ 新庄 2ペンギン 中原 3ラッコ 桜井 4アシカ 大谷 5ヒウオ 藤縄	キッズ I 13:00~13:50 1カニ 桜井 2ペンギン 新庄 3ラッコ 雨宮 4アシカ 松隈 5ヒウオ 武内 6ドルフィン 藤縄 フィン 13:00~13:45 新井	キッズ I 14:00~14:50 1カニ 松隈 2ペンギン 新庄 3ラッコ 桜井 4アシカ 雨宮 5ヒウオ 大谷 6ドルフィン 武内 7オルカ 藤縄	キッズ II 15:00~15:55 1カニ 桜井 2ペンギン 錦織 3ラッコ 山田 4アシカ 大谷 5ヒウオ 松隈 6ドルフィン 雨宮 7オルカ 藤縄 8シャーク 藤縄	キッズ III 16:00~17:00 7オルカ 錦織 8シャーク 錦織 9ホセドン 武内	成人・マスターズ 19:00~20:00 初級 大谷 中級 大谷 上級 武内 マスターズ 武内				
	予約	プライベート(有料) 10:00~10:45						プライベート(有料) 16:00~16:45	プライベート(有料) 17:00~17:45	プライベート(有料) 18:00~18:45			
日	フリーコース	* 4	3	4	* 4	* 4	* 4	* 4	* 4	* 4	* 4		
	登録 (有料)	ベビー 10:15~10:55 松隈・桜井	水中歩行 11:00(20) 林	アクアシエイブ 11:25(30) 林	プライベート(有料) 12:00~12:45	プライベート(有料) 13:00~13:45		プライベート(有料) 15:00~15:45		団体貸切 17:00~18:30			
	予約												

フリーコースの\*印は全コース使用可能時間となっております。

★無料プログラムは「定員制」となっております。1階フロントにてご予約を承っております。  
 ※キッズスイミング・アクアプログラムのコース変更は5分前より行ないます。成人クラスに関しては体操が始まりましたら変更させて頂きます。  
 ※安全のため、規定時間を過ぎての参加はご遠慮ください。参加可能時間…クラス開始から60分以上クラス15分・45分クラス10分、30分以下クラス5分