

	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)	土 (SAT)	日 (SUN)	祝 (HOLIDAY)	
	プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール	
8:30									
9:00									
9:30									
10:00		有料スクール			有料スクール	有料スクール	有料スクール		
10:30		YMCA キッズプログラム 10:00-12:00 ※3コースは 利用可能			YMCA キッズプログラム 10:00-12:00 ※3コースは 利用可能	YMCA キッズプログラム 10:00-12:00 ※3コースは 利用可能	YMCA キッズプログラム 10:00-12:30	祝日の レッスンや 利用時間 は	
11:00						最長25m 前期よりも 少々レベルUP	最長50m 前期よりも +αの内容に☆ (泳法は変更の可能性有り)		
11:30									
12:00	アクアZUMBA -AQUA ZUMBA- 12:00-12:45 田中ナタリー	めざせ100m 12:00-13:00 バタフライ STAFF	めざせ25m 12:15-13:00 背泳ぎ STAFF	プ ー ル 休 館 日	めざせ50m 12:00-13:00 クロール STAFF	泳いでみよう+ 12:10-12:30 週替わり めざせ25m+ 12:40-13:10 平泳ぎ 平野		曜日により 異なります	
12:30									
13:00	泳法レッスン 13:00-14:00 週替わり STAFF	水中 ウォーキング 13:15-14:00 STAFF	めざせ50m 13:15-14:00 クロール STAFF			アクアピクス 13:20-14:05 清田			
13:30									
14:00									
14:30									
15:00	有料スクール	有料スクール	有料スクール			有料スクール			YMCA キッズプログラム 13:00-15:30 ※3コースは 利用可能
15:30									
16:00									
16:30									
17:00									
17:30	YMCA キッズスイミング 15:00-19:30	YMCA キッズスイミング 15:00-19:30	YMCA キッズスイミング 15:00-19:30		YMCA キッズスイミング 15:00-19:30				
18:00									
18:30									
19:00									
19:30	泳いでみよう 19:45-20:15 Hのび・バタ足 クロール 完山	みんなで泳ごう 19:45-20:30 週替わり 井島	めざせ50m 20:00-20:45 クロール STAFF						
20:00									
20:30									
21:00									
21:30									
22:00									
22:30	~22:00 CLOSED	~22:00 CLOSED	~22:00 CLOSED		~22:00 CLOSED				
23:00									

※週替わり・月替わり…インストラクターが週によって泳法を変えて実施します。
 (インストラクターにより、基礎練習やドリルも含む泳法レッスンです)

キッズ
プログラム
のため
15:00~
利用不可

~19:00
CLOSED

	月替わり泳法レッスン一覧					
	7月	8月	9月	10月	11月	12月
めざせ25m	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ
めざせ25m+	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ
めざせ50m	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ
めざせ100m	平泳ぎ	クロール	バタフライ	背泳ぎ	平泳ぎ	クロール