

プールプログラム スケジュール表

2008年6月

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜	日曜	
	新館リゾート プール	本館プール 25mプール ベビープール		新館リゾート プール	本館プール 25mプール ベビープール		新館リゾート プール	本館プール 25mプール ベビープール			新館リゾート プール	本館プール 25mプール ベビープール		本館プール	本館プール 25mプール ベビープール			
午前	中級 上級	ある程度の技術と体力が必要です。 参加する前に、コーチにご相談下さい。								休 館 日				土曜日 (午前)				
	予	予約が必要となります。										11:00 血液さらさら 11:30	11:00 中上級者 ワンポイント テーマ練習 12:00		一部自由 利用が 出来ます。			
午後										初心者背泳ぎ・初 心者クロールは、 全くの初心者から 受講できるクラス です。ヘルパーな して25m背泳ぎ・ クロールの完泳を 目的としたクラス なので、初心者 の方は、このクラス から受講願いま す。				土曜日 (午後)				
	13:15 わくわくプール 13:45	13:15中級 平泳ぎ 13:45	13:15 予 全身流水 13:45	13:15 アクアピクス 奥山 14:00	13:15 予 全身流水 13:45	13:15 てくてくキック 13:45	13:15 予 全身流水 13:45	13:15 予 全身流水 13:45	13:15 すっきりボディ 13:45		13:15 予 全身流水 13:45			13:30- 16:40 は ジュニア専 用時間帯 です。 16:40以降 は自由利 用が出来 ます。	自由利用が 可能です。 イベントな どにより使 用できない 場合があり ます。	11:00 自由流水 11:30	12:00 自由流水 12:30	13:00 自由流水 13:30
	予告無しにプログラムの 変更または中止となる場 合がございますので、予 めご了解願います。				14:00初心者 クロール 14:30	14:00 上級 イントロ 14:30			14:00:初心者 背泳ぎ 14:30		14:00中級 平泳ぎ 14:30	14:00 上級 イントロ 14:30						
15:20 ~ 18:40 ジュニア専用時間帯 (25mプールは水泳教室開講中のため使用できません) 新館リゾートプールをご利用下さい。																		
19:00 ~ 閉館30分前 成人自由利用コースがあります。																		
夜間は自由に流水マシンをご利用いただけます。スタッフまでお申し付け下さい。																		
夜間		20:30初心者 背泳ぎ 21:00			20:30 上級 イントロ マスターズ 21:30				20:30初心者 クロール 21:00									
									21:00中級 バタフライ・平泳ぎ 21:30			20:30 上級 イントロ マスターズ 21:30			施設終了 21:00 閉館時間 21:30			

施設終了時間 22:00(土・祝日・特別営業日は21:00)(日曜日は17:30) 閉館時間 22:30(土・祝日・特別営業日は21:30)(日曜日は18:00)