

# 2月プールスケジュール

～プールアリーナ教室時間割～

	火	水	木	金	土	日
9:00						
10:00						
11:00		11:00～12:00 大人水泳 ジャンプ	11:00～12:00 大人水泳 ホップ	11:00～12:00 大人水泳 ステップ		
12:00	12:10～12:40 水泳入門	12:10～12:50 はじめての クロール	12:10～12:50 のびのびきれいに ～クロール～	12:10～12:50 はじめての〇〇	12:00～13:00 大人水泳 ホップ	
13:00	13:00～13:40 ウォーキング& ストレッチ	13:00～13:40 サーキットアクア		13:00～13:40 ウォーキング& ストレッチ		
14:00		14:40～15:30 水となかよし らっこ	14:00～15:00 大人水泳 ステップ			
15:00						
16:00	15:40～16:40 こども水泳 くらげ	15:40～16:40 こども水泳 くらげ	15:40～16:40 こども水泳 くらげ	15:40～16:40 こども水泳 くらげ		
17:00	16:50～17:50 こども水泳 めだか	16:50～17:50 こども水泳 めだか	16:50～17:50 こども水泳 めだか	16:50～17:50 こども水泳 めだか		
18:00	17:55～18:55 こども水泳 いるか	17:55～18:55 こども水泳 スーパー-いるか	17:55～18:55 こども水泳 いるか	17:55～18:55 こども水泳 スーパー-いるか		
19:00	19:00～20:00 選手育成	19:00～20:00 選手育成	19:00～20:00 選手育成	19:00～20:00 選手育成		
20:00						
21:00						



左記のマークがついている教室の開催中は、赤台コース(歩行専用コース)のご利用ができません。あらかじめご了承ください。

教室の開催時間は、レーンを制限させて頂いています。

## 【教室使用レーン一覧表】

教室名	使用レーン
らっこ	幼児用プール
くらげ	歩行コース+幼児用プール
めだか	歩行コース+水泳専用2レーン
いるか・選手育成	水泳専用1～2レーン
大人水泳教室	水泳専用1～2レーン
水泳入門	水泳専用1～2レーン
クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ	水泳専用1～2レーン
ウォーキング&ストレッチ	歩行コース
サーキットアクア	歩行コース+水泳専用レーン(1)

## ★プールアリーナにて実施している教室一覧★ ※対象:大人(高校生以上)

教室名	日時	時間	定員
★300円プログラム・・・施設利用料+300円で受講できるレッスン			
水泳入門	(火) 12:10～	30分	10名
★400円プログラム・・・施設利用料+400円で受講できるレッスン			
ウォーキング&ストレッチ	(火) 13:00～	40分	15名
はじめてのクロール	(水) 12:10～	40分	10名
サーキットアクア	(水) 13:00～	40分	15名
のびのびきれいにクロール	(木) 12:10～	40分	10名
はじめての〇〇(1月:背泳ぎ)	(金) 12:10～	40分	10名

※水泳キャップが必要となります。

※プールに入る前にお化粧・整髪料を落として下さい。

※プールアリーナは、3歳未満のお子様のご利用はできません。

オムツが完全に取れている3歳以上のお子様からのご利用となります。

※小学校2年生以下のお子様の遊泳は、必ず保護者同伴でお願い致します。

(保護者1名につき、小学校2年生以下のお子様を2名以上お連れの場合は、幼児用プールのみのご利用でお願いいたします。)

※ロッカーは、100円ロッカーのみとなります。【返却式】

盗難防止の為、ロッカーには必ず鍵をお掛けください。