

水泳教室週間予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00							
11:00			レディース マスターズ4 泳法泳げる方 女性 10:10~11:40	レディース マスターズ4 泳法泳げる方 女性 10:10~11:40		一般男女 初心者~中級者 男女 10:10~11:40	
12:00		アクアビクス 11:10~12:10	レディース 初心者~中級者 女性 11:30~13:00	レディース 初心者~中級者 女性 11:30~13:00		水中運動 ウォーキング 11:45~12:45	
13:00					アクアビクス 12:10~13:10		
14:00			シニア 初心者~中級者 60歳以上の男女 13:20~14:50	シニア 初心者~中級者 60歳以上の男女 13:20~14:50			
15:00		水中運動 ウォーキング 中高齢の男女 14:30~15:30					
16:00							
17:00							
18:00							
19:00						アクアビクス 18:30~19:30	
20:00			成人コース 50m以上1種目 中学生以上の 男女 18:45~20:15				