

	月	火	水	木	金	土	日
	プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール
09:00						スイミングスクール 09:15～10:30	スイミングスクール 09:15～10:30
10:00						スイミングスクール 10:15～11:30	スイミングスクール 10:15～11:30
11:00		ベビースイミング 11:15～12:00			ベビースイミング 11:15～12:00	選手育成 11:00～12:30	
12:00							
13:00							
14:00							
15:00						スイミングスクール 15:15～16:30	
16:00	スイミングスクール 16:15～17:15	スイミングスクール 16:15～17:15	スイミングスクール 16:15～17:15	スイミングスクール 16:15～17:30	スイミングスクール 16:15～17:30	スイミングスクール 16:15～17:30	
17:00	スイミングスクール 17:15～18:15	スイミングスクール 17:15～18:15	スイミングスクール 17:15～18:15	スイミングスクール 17:15～18:30	スイミングスクール 17:15～18:30		
	選手育成 17:30～18:30	選手育成 17:30～18:30	選手育成 17:30～18:30	選手育成 17:30～18:30	選手育成 17:30～18:30		
18:00	選手育成 18:00～19:00	選手育成 18:00～19:00	選手育成 18:00～19:00	選手育成 18:00～19:00	選手育成 18:00～19:00	選手育成 18:00～19:00	
19:00	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 19:00～20:00	選手育成 19:00～20:00	選手育成 19:00～20:00	
20:00	選手育成 20:00～20:30	選手育成 20:00～20:30	選手育成 20:00～20:30	選手育成 20:00～20:30	選手育成 20:00～20:30	選手育成 20:00～20:30	
21:00							

ベビースイミング ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。	子どもスイミング 初めてプールに入るお子様から四泳法を習得するまで、泳ぎの正しいフォームを身につけつつ、「褒める指導」でスムーズな上達を実現します。	選手・選手育成 通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。
---	---	--

プール		
プログラム名	区分	説明文
ベビースイミング	ベビースイミング	ママやパパと赤ちゃんと一緒にプールへ入り、水遊びを楽しみます。水中でのスキンシップを楽しむことで、赤ちゃんの感覚を刺激し、脳の発達や心身の発育を促します。
スイミングスクール	子どもスイミング	
選手育成	選手・選手育成	通常のクラスよりも泳ぎ込んで、技術や体力の向上を目指します。飛び込みやターンの練習など、個々に合ったハイレベルな指導をします。