

	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 幼児～中学生	
10:00						スイミングスクール 10:15～11:30 幼児～中学生	
11:00		ベビースイミング 11:15～12:00 6か月～			ベビースイミング 11:15～12:00 6か月～	選手育成B 11:30～13:30	
						選手育成A 11:30～12:30	
12:00							
13:00							
14:00		幼稚園指導 14:00～15:00					
15:00						スイミングスクール 15:15～16:30 幼児～小学生	
16:00	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	スイミングスクール 16:15～17:30 幼児～小学生	
17:00	スイミングスクール 17:15～18:30 幼児～中学生	スイミングスクール 17:15～18:30 幼児～中学生	スイミングスクール 17:15～18:30 幼児～中学生	スイミングスクール 17:15～18:30 幼児～中学生	スイミングスクール 17:15～18:30 幼児～中学生		
	週 1 育成 17:30～18:30	週 1 育成 17:30～18:30	週 1 育成 17:30～18:30	週 1 育成 17:30～18:30	週 1 育成 17:30～18:30		
18:00	選手育成B 18:00～20:30	選手育成A 18:00～19:30	選手育成B 18:00～20:30	選手育成A 18:00～19:30	選手育成A 18:00～19:30		
	選手育成A 18:00～19:30	選手育成B 18:00～20:30	選手育成A 18:00～19:30	選手育成B 18:00～20:30	選手育成B 18:00～20:30		
19:00							
20:00							

	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
21:00							

コパンプログラム

コパンスポーツクラブ橋本

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。	ベビースイミング ママやパパと赤ちゃんが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。
--	---	--