





スイミングレッスンスケジュール (2021年10~12月)

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
 アクアエクササイズ 10:30~11:15			アクアエクササイズ 10:30~11:15		ジュニア スイミング S 10:00~11:00	
		 4泳法 11:00~11:45 1週目 クロール 2週目 背泳ぎ 3週目 平泳ぎ 4週目 バタフライ 5週目 おまかせ		アクアエクササイズ 11:30~12:15	ジュニア スイミング E 11:10~12:10	
水中ウォーキング 12:00~12:45					ジュニア スイミング G 12:20~13:20	
		はじめてスイム 14:30~15:15				
	休館日					
ジュニア スイミング C 16:20~17:20		ジュニア スイミング C 16:20~17:20	ジュニア スイミング C 16:20~17:20			
ジュニア スイミング D 17:30~18:30		ジュニア スイミング D 17:30~18:30	ジュニア スイミング D 17:30~18:30			
 4泳法 19:30~20:15 1週目 クロール 2週目 背泳ぎ 3週目 平泳ぎ 4週目 バタフライ 5週目 おまかせ		 スイムトレーニング 19:30~20:15	水中ウォーキング 19:30~20:15	はじめてのスイム 19:30~20:15		

☆より多くの会員の皆様に、安心安全にプログラムを楽しんでいただく為に少し内容を変更をさせていただきます。ご理解・ご協力をお願いいたします☆

- ・プールの定員は、2コース使用し、24名と致します。
- ・10月より、参加希望者が定員オーバーしたクラスにつきましては、20分前に入館受付前にて抽選とさせていただきます。(詳細は、別紙にて)
- ・プール以外では、手指の消毒、マスク(不織布)着用にご協力下さい。
- ・大声での会話はご遠慮下さい。
- ・体調がすぐれない方、37.5度の熱のある方は、施設のご利用はいただけません。
- ・換気を定期的に行っております事、ご理解ご協力くださいますようお願い申し上げます。