

# 温水プールコース規制予定表 平成30年7月分

7月は下表のとおり、コース規制を予定しております。  
 ご不便をお掛け致しますが、ご理解・ご協力の程お願い致します。

曜日	開催内容	開催日	時間帯	パターン
月	●レベルアップ スイミングⅠ	2日、9日	10:00~11:00	A
	◆エクササイズ in ウォーター	2日	12:00~12:40	C
	●ビデオで フォームチェック	9日	12:00~13:00	A
	◆ワンポイントアドバイス	2日、9日	13:00~13:30	基本
火	●わくわくプール教室 (キンダークラス)	3日、10日	11:00~12:00	D
	●キッズ水遊びⅠA	3日、10日	15:30~16:30	E
	●ジュニア水泳ⅠA		16:30~17:30	B
	●ジュニア水泳ⅠB		17:30~18:30	B
	●マンツーマンレッスン	17日	13:00~17:40	基本
水	●ビデオで フォームチェック	11日	12:00~13:00	A
	●親子deハッピー 水遊びⅠ	11日、18日	10:00~11:00	D
	●キンダー水遊びⅠ		11:00~12:00	
	●腰痛に効く簡単 トレーニング		13:00~14:00	A
	●アクアコアⅠ		19:00~20:00	A
	●マンツーマンレッスン	18日	11:40~13:00 14:00~15:20	基本
木	◆プリベントアクア& ウォーキング	12日、19日	11:00~12:00	F
		26日	18:00~19:00	
	◆ワンポイント 親子で水遊び	12日	12:00~12:45	基本
	●成人水泳Ⅰ	12日、19日	14:00~15:00	A
	●キッズ水遊びⅠB		15:30~16:30	E
	●ジュニア水泳ⅠC		16:30~17:30	B
	●ビデオで フォームチェック	12日	19:00~20:00	A
●マンツーマンレッスン	19日	12:40~14:00 18:00~19:20	基本	

●『マンツーマンレッスン』は時間内1名40分のレッスンを実施

◆につきましては、プール入場料のみでご参加頂けます。

※予定は変更する場合がございますので、ご了承下さい。

# 【コース規制パターン】

基本パターン	フリー	↓練習↑	↓スイミング	スイミング↑	歩行	学童
	幼児					
Aパターン	専用	フリー	↓練習↑	↓スイミング	スイミング↑	歩行
	幼児					
Bパターン	フリー	↓スイミング	スイミング↑	歩行	専用	専用
	幼児					
Cパターン	専用	フリー	↓スイミング	スイミング↑	歩行	学童
	幼児					
Dパターン	フリー	↓練習↑	↓スイミング	スイミング↑	歩行	専用
	専用					
Eパターン	フリー	↓練習↑	↓スイミング	スイミング↑	歩行	学童 専用
	専用					
Fパターン	専用		↓スイミング	スイミング↑	歩行	学童
	幼児					
Gパターン	フリー	フリー	↓スイミング	スイミング↑	歩行	学童
	専用					
幼児						
Hパターン ※	フリー	↓練習↑	↓練習↑	↓スイミング	スイミング↑	歩行
	幼児					

※平日・土曜日の18：00より変更致します。（ただし教室開講時の火曜日は18：30～19:00、20:00～閉場まで、教室開講時の水曜日は18：00～19：00、20：00～閉場までとなります。）