




# 令和3年度 サルス スイミングスクール プログラム

	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	スクール	プール	体操場	スクール	プール	体操場	スクール	プール	体操場	スクール	プール	体操場	スクール	プール	体操場	スクール	プール	体操場
9:00																8:45~10:00 大人クラス(G)		8:45~9:00 ※大人クラスの方のみ
10:00		10:00~15:00 自由遊泳			10:00~10:15			10:00~15:00 自由遊泳			10:00~10:15							
11:00	10:20~11:20 ベビー(P) 水慣れ チャレンジ(T)			10:15~10:45 水中健康			10:20~11:20 ベビー(P) 水慣れ チャレンジ(T)			10:15~10:45 水中健康						10:05~11:15 幼児・児童クラス(N)		10:00~11:10 幼児・児童・生徒クラス(H)
12:00	11:10~12:25 大人クラス(W)		11:10~11:25	10:50~11:10 ワンポイント水泳			11:10~12:25 大人クラス(W)			10:50~11:10 ワンポイント水泳					11:00~11:15	11:00~12:15 大人クラス(W)		11:00~12:10 幼児・児童・生徒クラス(H)
13:00		12:45~13:15 水中健康		12:30~12:45					12:45~13:15 水中健康						11:15~17:20 自由遊泳			12:00~13:00 ベビー(P)
14:00	13:30~14:45 大人クラス(L)		13:30~13:45	13:20~13:40 ワンポイント水泳			13:30~14:45 大人クラス(L)			13:20~13:40 ワンポイント水泳					(2レーン)			12:50~13:50 水慣れチャレンジ(T)
15:00																14:05~15:15 幼児・児童・生徒クラス(B)		12:15~17:15 自由遊泳
16:00	15:20~16:30 幼児・児童クラス(C) 15:30~16:30 水慣れチャレンジ(Z)			15:20~16:30 幼児・児童クラス(C) 15:30~16:30 水慣れチャレンジ(Z)			15:20~16:30 幼児・児童クラス(C) 15:30~16:30 水慣れチャレンジ(Z)			15:20~16:30 幼児・児童クラス(C) 15:30~16:30 水慣れチャレンジ(Z)						15:05~16:15 幼児・児童・生徒クラス(F)		自由遊泳
17:00	16:20~17:30 幼児・児童・生徒クラス(D)			16:20~17:30 幼児・児童・生徒クラス(D)			16:20~17:30 幼児・児童・生徒クラス(D)			16:20~17:30 幼児・児童・生徒クラス(D)						16:05~17:15 幼児・児童・生徒クラス(H)		自由遊泳
18:00	17:20~18:30 幼児・児童・生徒クラス(E)			17:20~18:30 幼児・児童・生徒クラス(E)			17:20~18:30 幼児・児童・生徒クラス(E)			17:20~18:30 幼児・児童・生徒クラス(E)						16:30 ~ 19:00 J1		自由遊泳
19:00	18:00~20:00 J2・J3	18:30~22:00 自由遊泳		18:00~20:00 J2・J3	18:30~21:00 自由遊泳		18:00~20:00 J2・J3	18:30~22:00 自由遊泳		18:00~20:00 J2・J3	18:30~21:00 自由遊泳					18:45~20:00 大人クラス(G)		18:45~19:00
20:00	19:45~21:00 大人クラス(G)	(2レーン)	19:45~20:00	18:30 ~ 21:00 J1	(2レーン)	19:45~20:00	19:45~21:00 大人クラス(G)	(3レーン)	19:45~20:00	19:45~21:00 ウオーター エクササイズ (WE)	18:30 ~ 21:00 J1	(2レーン)						
21:00	20:45~22:00 大人クラス(S)	(3レーン)	20:45~21:00		(3レーン)	20:45~21:00		(1レーン)										
22:00		(1レーン)																

 スクールバス利用可能クラス

 アクアクラブ デイ会員

 アクアクラブ ナイト会員

<一般開放>  
 火~金曜日 18:30~21:00  
 土曜日 11:15~21:00  
 日曜日 10:00~17:15