

# 曜日別コース案内

※2020年8月21日～

		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
月	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	5	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
火	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	5	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
水	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	5	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
木	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	5	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
金	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	5	片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳		片道完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
土	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	5	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
日・祝	1	歩行		歩行		歩行		歩行		歩行		歩行	
	2	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	3	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	4	フリー		フリー		フリー		フリー		フリー		フリー	
	5	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	
	6	往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳		往復完泳	

休憩①=10:50-11:00    休憩②=12:50-13:00    休憩③=15:20-15:30    休憩④=16:50-17:00    休憩⑤=18:30-18:40

※ スポーツデイ、教室は、当面の間、開催はございません。

※ 水深は、終日1.0mとなります。