

プールクラブスケジュール表 2021年 7月 甲西店

	月	火	水	木	金	土	日
	月～日 10:30 開館						
10:30			スイミングスクール で一部使用			スイミングスクール 優先時間帯	
10:45		スタジオ			スタジオ		
11:00		11:00～11:30 1&3週目・簡単エアロ<竹尻>	11:00～11:30 ウォーク・ジョグ☆～ <竹尻>	11:00～11:30 肩こり腰痛改善☆～ <増岡>	11:00～12:00 ヨガ<安達>		11:00～12:00 ウォーキング&スイミング ☆～
11:15	11:15～11:45 水中ダンス ☆～ <深沢>	11:30～12:00 2&4週目・スト&体幹<増岡>	11:30～12:00 なんでもスイム★～ <増岡>	11:30～12:00 4泳法 ★～ <竹尻>	11:00～11:30 11:30～12:00 ウォークジョグ☆～<竹尻>		11:25<竹尻/望月>
11:30							
11:45							
12:00							
12:15							
12:30							
12:45							
13:00	13:00～13:45 ワンポイント スイミングレッスン ☆～ <増岡>					13:00～13:30 リズム水中体操 ☆～ <増岡>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <h2 style="font-size: 2em;">フリー 遊泳 時間帯</h2> <p>日 15:30 閉館</p> </div>
13:15		13:15～13:45 ウォーク・ジョグ ☆～ <竹尻>	13:15～13:45 水中ボクササイズ☆～ <増岡>	13:15～13:30 ウォーク15 ☆～<竹尻>	13:15～13:45 水中運動 ☆～ <望月>	13:30～14:00 苦手克服 ★～ <増岡>	
13:30				13:30～14:15 スイム&スタート★～ <竹尻>	13:45～14:15 がんばれスイム★★～ <望月>		
13:45		13:45～14:15 なんでもスイム★～ <竹尻>	13:45～14:15 はじめてスイム★～ <増岡>				
14:00							
14:15							
14:30							
14:45							
15:00							
15:15							
15:30							
15:45							
16:00							
16:15							
16:30							
16:45							
17:00							
17:15							
17:30							
17:45							
18:00							
18:15							
18:30							
18:45							
19:00							
19:15							
19:30							
19:45							
20:00							
20:15							
20:30							
20:45							
21:00							

フリー
遊泳
時間帯

フリー遊泳時間帯

16:30～20:45は子供たちのスイミングスクール優先時間帯となります。

火～金曜日 利用可能レーン

17:00～20:00・・・1レーン

20:00～20:45・・・2レーン

甲西店Blog下記のアドレスよりご覧下さい。
<http://blueearth.co.jp/blog/category/kousai>

土 18:00 閉館

～スキル系レッスン～		～ファン系レッスン～	
★	… まったく泳げない	☆	… 弱
★★	… ちょっと泳げる	☆☆	… 中
★★★	… 25M泳げる	☆☆☆	… 強
★★★★	… 50M泳げる		
★★★★★	… 競技会参加レベル		

～7月の休館日～

4(日)18(日)22(木)23(金)31(土)

～7月の特別営業日～

19(月)15:30閉館

月～金 21:00 閉館

※プールのご利用は閉館15分前までとなります。ご協力お願い致します。