

# プールクラブスケジュール表 2022年 8月 甲西店

	月	火	水	木	金	土	日
	月～日 10:30 開館						
10:30							
10:45		スタジオ 10:40～11:10 5週目30日・スト&体幹<増岡>	スイミングスクール で一部使用		スタジオ	スイミングスクール 優先時間帯	
11:00			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
11:15	11:15～11:45 水中ダンス ☆～ <深沢>	11:15～12:00 なんでもスイム★～ <増岡>	11:30～12:00 4泳法 ★～ <竹尻>	11:30～12:00 らくらくスイム★～ <増岡>	11:00～11:30 ウォークジョグ☆～<竹尻>		11:00～12:00 ウォーキング&スイミング ★～ 14・28<竹尻/望月>
11:45					11:30～12:00 はじめてスイム★～ <竹尻>		
12:00							
12:15	<b>フリー遊泳時間帯</b>						
12:30							
12:45							
13:00						時間変更	
13:15	13:00～13:45 ワンポイント スイミングレッスン ★～ <増岡>	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>	13:15～13:45 ウォーク・ジョグ ☆～ <竹尻>	13:15～13:45 水中運動 ☆～ <望月>	13:15～13:45 リズム体操☆～ <増岡>	
13:30							
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>	13:45～14:15 なんでもスイム★～ <竹尻>	13:45～14:15 がんばれスイム★★～ <望月>	13:45～14:15 苦手克服★～ <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

18:30～20:00・・・1レーン

20:00～20:45・・・2レーン

※17:30～18:30まではご利用できません

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～  
★ … まったく泳げない  
★★ … ちょっと泳げる  
★★★ … 25M泳げる  
★★★★ … 50M泳げる  
★★★★★ … 競技会参加レベル

～ファン系レッスン～  
☆ … 弱  
☆☆ … 中  
☆☆☆ … 強

～8月の休館日～  
7(日)21(日)22(月)  
23(火)31(水)

～8月の特別営業日～  
11(木)12(金)13(土)15(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。

\* 甲西店のスタジオは甲西店登録の会員様のみ参加可能です