

2016年 12月 フール スケジュール表

| 時間 | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | フリーコース |
|-----|-----------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|----------------------------|---------------------|---------|-------------------------------------|
| | 19M | 25M | 19M | 25M | 19M | 25M | 19M | 25M | 19M | 25M | 19M | 25M | |
| 10時 | 10:30 水中歩行 中村 | | | | | | | 10:30 水中歩行 中村 | | | | | |
| 11時 | 11:15~11:45 水中歩行 財部 レベル1 | | 11:15~11:45 水中歩行 財部 レベル1 | | 11:30 水中歩行 田中 | | 11:15~11:45 水中歩行 財部 レベル1 | | 11:15~11:45 水中歩行 黒岩 レベル1 | | 11:30 水中歩行 田中 | | 11:00 水中歩行 田中 |
| 12時 | クロール・背泳ぎ 黒岩 レベル1~2 | | クロール・背泳ぎ 田中 レベル1~2 | | ベビ | | クロール・背泳ぎ 黒岩 レベル1~2 | | クロール・背泳ぎ 田中 レベル1~2 | | ベビ | | |
| | 平泳ぎ・バタフライ 黒岩 レベル3~5 | | 平泳ぎ・バタフライ 田中 レベル3~5 | | | 平泳ぎ・バタフライ 黒岩 レベル3~5 | | 平泳ぎ・バタフライ 田中 レベル3~5 | | 平泳ぎ・バタフライ 田中 レベル3~5 | | | |
| | 13:00~13:40 | | 13:00~13:40 | | 13:00~13:40 | | 13:00~13:40 | | 13:00~13:40 | | 13:00 | | |
| | 水中歩行 岡村 レベル1 | 25mに挑戦 さゆり 300m・レベル3 | 水中歩行 さゆり レベル1 | 25mに挑戦 加留部 300m・レベル3 | 水中歩行 田中 | | 水中歩行 赤松 レベル1 | 25mに挑戦 岡村 300m・レベル3 | 水中歩行 岡村 レベル1 | 25mに挑戦 坂巻 300m・レベル3 | | | |
| | クロール・背泳ぎ 三友 レベル1~2 | ゆっくり25m さゆり 400m・レベル4 | クロール・背泳ぎ 坂巻 レベル1~2 | ゆっくり25m 加留部 400m・レベル4 | クロール・背泳ぎ 岡村 レベル1~2 | | クロール・背泳ぎ さゆり レベル1~2 | ゆっくり25m 岡村 400m・レベル4 | クロール・背泳ぎ 原 レベル1~2 | ゆっくり25m 坂巻 400m・レベル4 | | | |
| | | 50mに挑戦 加留部 500m・レベル5 | | 50mに挑戦 原 500m・レベル5 | | | | 50mに挑戦 坂巻 500m・レベル5 | | 50mに挑戦 さゆり 500m・レベル5 | | | |
| | 14:00~14:45 | | 14:00~14:45 | | 14:00~14:45 | | 14:00~14:45 | | 14:00~14:45 | | 14:00~14:45 | | |
| | 水中歩行 田中 レベル1 | 25mに挑戦 (300m) 岡村 | 水中歩行 黒岩 レベル1 | 25mに挑戦 (300m) 田中 | 平泳ぎ 田中 レベル3~4 | | 水中歩行 岡村 レベル1 | 25mに挑戦 (300m) 黒岩 | 水中歩行 赤松 レベル1 | 25mに挑戦 (300m) 田中 | | | |
| | クロール・背泳ぎ 黒岩 レベル1~2 | クロール・背泳ぎ (400m) 岡村 | クロール・背泳ぎ 岡村 レベル1~2 | クロール・背泳ぎ (400m) 田中 | バタフライ 三友 レベル3~4 | | クロール・背泳ぎ 田中 レベル1~2 | クロール・背泳ぎ (400m) 黒岩 | クロール・背泳ぎ 岡村 レベル1~2 | クロール・背泳ぎ (400m) 田中 | | | |
| | | バタフライ・平泳ぎ 初級 (500m) 有田 | | バタフライ・平泳ぎ 初級 (500m) 赤松 | | | | バタフライ・平泳ぎ 初級 (500m) 加留部 | | バタフライ・平泳ぎ 初級 (500m) 黒岩 | | | |
| | | バタフライ・平泳ぎ 中級 (500m) 有田 | | バタフライ・平泳ぎ 中級 (500m) 赤松 | | | | バタフライ・平泳ぎ 中級 (600m) 加留部 | | バタフライ・平泳ぎ 中級 (600m) 黒岩 | | | |
| | | バタフライ・平泳ぎ 上級 (700m) 赤松 | | バタフライ・平泳ぎ 上級 (700m) 有田 | | | | バタフライ・平泳ぎ 上級 (700m) 原 | | バタフライ・平泳ぎ 上級 (700m) 加留部 | | | |
| | | 上級 (800m~) 赤松 | | 上級 (800m~) 有田 | | | | 上級 (800m~) 原 | | 上級 (800m~) 加留部 | | | |
| 15時 | | | | | | | | | | | | | 15:00~15:30 アクアビクス 30分 加留部 |
| | 16:15 水中歩行 瀧 | | 16:15 水中歩行 三友 | | | | 16:15 水中歩行 三友 | | 16:15 水中歩行 三友 | | | | 16:00 |
| 17時 | 17:00 クロール 三友 | | 17:00 バタ 三友 | | | | 17:00 平泳ぎ 岡村 | | 17:00 クロール 田中 | | | | 17:45 |
| 18時 | | | | | | | | | | | | | 18時閉館 |
| 19時 | | | | | | | | | | | | | 19:15~20:00 アクアビクス 東 |
| | 20:15~21:00 | | 20:15~21:00 | | 20:15~21:00 | | 20:15~21:00 | | 20:15~21:00 | | 20:15~21:00 | | |
| | 水中歩行 初級クロール 村上 | 背泳ぎ初級 300m~ 菊田 | | 平泳ぎ初級 300m~ 赤松 | | | 水中歩行 初級クロール 赤松 | 背泳ぎ初級 300m~ 加留部 | | 平泳ぎ初級 300m~ 有田 | | | |
| | | クロールとバタフライ 500m~ 加留部 | | クロールと背泳ぎ 500m~ 加留部 | | | | クロールとバタフライ 500m~ 村上 | | クロールと背泳ぎ 500m~ 原 | | | |
| | | クロールと平泳ぎ 700m~ 颯太 | | クロールとバタフライ 700m~ 菊田 | | | | クロールと平泳ぎ 700m~ 有田 | | クロールとバタフライ 700m~ 加留部 | | | |
| | | 4泳法 1500m~ 颯太 | | クロール 1500m~ 菊田 | | | | 4泳法 1500m~ 有田 | | クロール 1500m~ 加留部 | | | |
| 21時 | 21:45まで | 21:30まで | 21:45まで | 21:30まで | 21:45まで | 21:30まで | 21:45まで | 21:30まで | 21:45まで | 21:30まで | 21:45まで | 21:30まで | |
| | 22時閉館 | | 22時閉館 | | 22時閉館 | | 22時閉館 | | 22時閉館 | | 22時閉館 | | |

館内掲示

館内掲示

自分が参加する
レッスンには
印をつけて
おきましょう。