

甲西イトマンスイミングスクール

		月		火		水		木		金		土		日				
9:00	30											ジュニア A-9 25～6 9:00～10:00		レディース マスターズ 9:00～10:00		9:00 30		
10:00	30	フリー	流水 10:00～10:30 ウォーキング 10:30～11:00	フリー	バラエティ 10:00～10:50	フリー	はつらつ ウォーター エクササイズ 10:05～10:50	フリー	いきいき アクア 10:00～10:50	フリー	流水 10:00～10:30 ウォーキング 10:30～11:00	ジュニア A-10 25～特 10:15～11:15		ジュニア A-7 25～特 10:30～11:30		10:00 30		
		10:00～ 11:00		10:00～11:00		10:00～11:00		10:00～11:00		10:00～ 11:00		10:15～11:15		ジュニア A-8 25～特 11:30～12:30		11:00 30		
11:00	30	レディース 女性のみ 11:00～12:00		ベビー 11:10～12:00		レディース 女性のみ 11:00～12:00		レディース 女性のみ 11:00～12:00		ベビー 11:10～12:00		ジュニア A-11 25～特 11:15～12:15		ジュニア A-8 25～特 11:30～12:30		11:00 30		
												ジュニア A-11 25～特 11:15～12:15		ジュニア A-8 25～特 11:30～12:30		12:00 30		
12:00	30											フリー 一般開放 12:15～13:20		流水 12:45～13:15		13:00 30		
												フリー 一般開放 12:15～13:20		流水 12:45～13:15		13:00 30		
13:00	30	フリー 一般開放 13:00～14:20		フリー 一般開放 13:00～14:20		フリー 一般開放 13:00～14:20		フリー 一般開放 13:00～14:20		フリー 一般開放 13:00～14:20		からだほぐし 体操 (陸上) 13:00～13:45	ジュニア A-1 25～6 13:30～14:30		フリー 一般開放 ファミリー遊泳 13:15～15:00		13:00 30	
		13:00～14:20		13:00～14:20		13:00～14:20		13:00～14:20		13:00～14:20		13:00～13:45	ジュニア A-1 25～6 13:30～14:30		フリー 一般開放 ファミリー遊泳 13:15～15:00		14:00 30	
14:00	30											ジュニア A-2 25～6 14:45～15:45		キティ 14:45～ 15:35		15:00 30		
												ジュニア A-2 25～6 14:45～15:45		キティ 14:45～ 15:35		15:00 30		
15:00	30	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30	キティ 15:30～ 16:20	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		キティ 15:30～ 16:20	ジュニア A-3 25～特 15:45～16:45				16:00 30	
		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30	15:30～ 16:20	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30		15:30～ 16:20	ジュニア A-3 25～特 15:45～16:45				16:00 30	
16:00	30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30				17:00 30		
		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30				17:00 30		
17:00	30	ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 19～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30				18:00 30		
		ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 19～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30		ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30				18:00 30		
18:00	30											ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30				19:00 30		
												ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30				19:00 30		
19:00	30	選手		選手		レディース マスターズ 19:00～20:00		選手		選手		レディース マスターズ 19:00～20:00				19:00 30		
		選手		選手		レディース マスターズ 19:00～20:00		選手		選手		レディース マスターズ 19:00～20:00				19:00 30		
20:00	30	フリー		フリー		フリー 20:00～21:00		フリー		フリー		フリー 20:00～21:00				20:00 30		
		フリー 20:15～21:30		フリー 20:15～21:30		フリー 20:00～21:00		フリー 20:15～21:30		フリー 20:15～21:30		フリー 20:00～21:00				20:00 30		
21:00	30	20:15～21:30		20:15～21:30				20:15～21:30		20:15～21:30						21:00 30		
																21:00 30		