

通常日	月			火	水			木				金			土				日				
	体操		水泳		体操		水泳 アクア	体操		水泳		体操		水泳	体操		水泳	体操		水泳 アクア			
	大アリーナ		25mプール		大アリーナ		25mプール	大アリーナ		25mプール		大アリーナ		25mプール	大アリーナ		25mプール	大アリーナ		25mプール			
9:00																		幼児 年少			児童 基礎	9:00	
30																		幼児 年中 年長			児童 応用	10:00	
10:00			SPS フォロー 成人				SPS フォロー 成人				SPS フォロー 成人								児童 小1-2				
30																		児童 ① 小3-			幼児	11:00	
11:00																		児童 ② 小3-					30
12:00																選手					SPS フォロー 成人	12:00	
30																							30
13:00																							30
30																					SPS・MEC フォロー アクア エクササイズ	14:00	
14:00																						30	
30																						30	
15:00																						15:00	
30	幼児 年少	幼児 年中 年長	幼児		幼児 年少	幼児 年中 年長	幼児				幼児 年少	幼児 年中 年長	幼児			幼児 年少		幼児 年中 年長		児童 基礎		30	
16:00	児童 小1-2		児童 基礎		児童 小1-2		児童 基礎				児童 小1-2		児童 基礎			児童 小1-2		児童 ① 小3-		児童 応用		30	
30	児童 小3-		児童 応用		児童 小3-		児童 応用				児童 小3-		児童 応用			児童 小3-						17:00	
17:00																						30	
30																						30	
18:00																						18:00	
30																						30	
19:00																						19:00	
30																						30	
20:00																						20:00	
30																						30	
21:00																						21:00	