2019年度　7月－9月　近江八幡市立健康ふれあい公園　プール教室　スケジュール

	火			水			木			金			土			日	
	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース
9:00																	
9:30							水中ウォーキング30 9:30～10:00（福永） 受講料無料			水中ウォーキング30 9:30～10:00（福永） 受講料無料							
10:00	受講料無料			機能改善水中運動 10:00～10:45 保智													
10:30	水中ウォーキング30 10:15～10:45（福永）						介護予防水中運動 10:15～11:00 福永			機能改善水中運動 10:15～11:00 保智							
11:00	はじめて水泳 11:00～11:45 福永			クロール50m 11:00～12:00 保智													
11:30							はじめて水泳 11:15～12:00 福永			クロール25m 11:15～12:15 福永							
12:00	クロール25m 12:00～13:00 福永			プラクティックスイム 12:15～13:00 保智									クロール＆背泳ぎ 12:00～13:00 福永				
12:30							背泳ぎ初級 12:15～13:15 村上			受講料無料 ウォーキング＆ストレッチ 12:30～13:15 福永							
13:00	受講料無料 ウォーキング＆ストレッチ 13:15～14:00 福永																
13:30				ワンポイントレッスン 13:30～14:00 村上 受講料無料			受講料無料 水中ウォーキング45 13:30～14:15 福永			平泳ぎ＆バタフライ 13:30～14:30 村上							
14:00																	
14:30																	
15:00																	
15:30	幼児スイミング 15:30～16:30			幼児スイミング 15:30～16:30			幼児スイミング 15:30～16:30			幼児スイミング 15:30～16:30			幼児スイミング 15:30～16:30				
16:00																	
16:30																	
17:00	学童スイミング 16:40～17:40 最大3コース利用			学童スイミング 16:40～17:40 最大3コース利用			学童スイミング 16:40～17:40 最大3コース利用			学童スイミング 16:40～17:40 最大3コース利用			学童スイミング 16:40～17:40 最大3コース利用				
17:30																	
18:00	学童スイミング 17:50～18:50 最大3コース利用			学童スイミング 17:50～18:50 最大3コース利用			学童スイミング 17:50～18:50 最大3コース利用			学童スイミング 17:50～18:50 最大3コース利用			学童スイミング 17:50～18:50 最大3コース利用				
18:30																	
19:00																	
19:30				19:30～20:30 スイム1500 村上 受講料無料			ウォーキング＆トレーニング 19:30～20:00（福永） 受講料無料			19:30～20:30 スイム1000+泳法レッスン 村上 受講料無料			19:30～20:30 4泳法				
20:00																	
22:00																	