２０２０年度　10月－12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 和気 受講料無料										
10:00	水中ウォーキング３０ 10：15～10：45 楠居 受講料無料			機能改善＆ダイエット 10：00～10：45 保智			ウォーキング＆スイム 10：15～10：45 渡邉 NEW			機能改善スイム 10：00～10：45 保智							
10:30																	
11:00	はじめて水泳 11：00～11：45 楠居			クロール＆背泳ぎ 11：00～12：00 保智			はじめて水泳 11：15～12：00 村上			平泳ぎ＆バタフライ 11：00～12：00 保智			学童スイミング 11：10～12：10				
11:30																	
12:00	クロール２５m 12：00～13：00 村上			ウォーキング＆ストレッチ 12：15～13：00 渡邉 受講料無料			背泳ぎ初級 12：15～13：15 村上			ウォーキング＆ストレッチ 12：15～13：00 渡邉 受講料無料							
12:30													クロール＆背泳ぎ 12：30～13：30 村上				
13:00	ウォーキング＆ストレッチ 13：15～14：00 村上 受講料無料			クロール＆平泳ぎ 13：15～14：15 村上						ワンポイントレッスン 13：15～14：00 村上 受講料無料							
13:30							水中ウォーキング４５ 13：30～14：15 渡邉 受講料無料										
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	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				
17:00																	
17:30	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				
18:00																	
18:30																	
19:00																	
19:30				スイム1500 19：30～20：30 村上 受講料無料			ウォーキング＆トレーニング 19：30～20：00 村上 受講料無料						４泳法 19：30～20：30 村上				
20:00																	
22:00																	