2024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 楠居 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						機能改善スイム 10：00～10：45 保智			学童スイミング 10：00～11：00				
10:30							ウォーキング＆スイム 10：30～11：00 楠居 受講料無料										
11:00	はじめて水泳 11：00～11：45 楠居			誰でも泳げる簡単4泳法 11：00～12：00 保智			はじめて水泳 11：15～12：00 楠居			誰でも泳げる簡単4泳法 11：00～12：00 保智			学童スイミング 11：10～12：10 最大3コース利用				
11:30																	
12:00	クロール＆平泳ぎ 12：00～13：00 村上（靖）			ウォーキング＆ストレッチ 12：15～13：00 村上（雄） 受講料無料			クロール＆背泳ぎ初級 12：15～13：15 村上（雄）			ウォーキング＆ストレッチ 12：15～13：00 村上（雄） 受講料無料			学童スイミング 12：20～13：20 最大3コース利用				
12:30																	
13:00	ウォーキング＆ストレッチ 13：15～14：00 楠居 受講料無料			クロール＆平泳ぎ 13：15～14：15 村上（雄）			ウォーキング＆ストレッチ 13：30～14：15 村上（雄） 受講料無料			ワンポイントレッスン 13：15～14：00 村上（靖） 受講料無料			幼児スイミング 13：30～14：30				
13:30																	
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							
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							
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							
18:30																	
19:00																	
19:30				スイム1500 19：30～20：30 楠居 受講料無料			ウォーキング＆トレーニング 19：30～20：00 村上（雄） 受講料無料						4泳法 19：30～20：30 楠居				
20:00																	
22:00																	