

タイムスケジュール 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							レディース マスターズ 9:00~10:00	9:00	30	
	10:00	フリー 10:00~11:00	シェイプ ~10:30 ウォーキング ~11:00	フリー 10:00~11:00	流水 ~10:30 ウォーキング ~11:00	フリー 10:00~11:00	流水 ~10:30 ウォーキング ~11:00	フリー 10:00~11:00	アクア ピクス ~10:50	ジュニア A-10 25~特 9:45~10:45	10:00
11:00	レディース 女性のみ 11:00~12:00										ベビー 11:10~12:00
12:00	30					流水 12:30~13:00		流水 12:00~12:30	12:00	30	
	13:00	フリー 一般開放 13:00~14:20	フリー 一般開放 13:00~14:20	レディース 女性のみ 13:00~14:00	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 12:15~13:35	フリー 一般開放 12:30~15:00	13:00	30	
14:00	はつらつウォーター エクササイズ 14:15~15:00			ジュニア A-1 25~6 13:45~14:45					ジュニア A-1 25~6 13:45~14:45	14:00	30
15:00	30		キティ 14:30~15:20			キティ 14:30~15:20	ジュニア A-2 25~6 14:45~15:45	キティ ~15:35	15:00	30	
	16:00	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	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~特 15:45~16:45	ジュニア A-3 25~特 15:45~16:45	16:00	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			17:00	30	
	18:00	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 15~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			18:00	30	
19:00	30			アクアピクス 18:30~19:20				レディース マスターズ 19:00~20:00	19:00	30	
	20:00	選手	選手	レディース マスターズ 19:30~20:30	選手	選手	フリー 一般開放 20:00~21:30		20:00	30	
21:00	30	フリー 一般開放 20:30~22:00	フリー 一般開放 20:30~22:00	フリー 一般開放 20:30~22:00	フリー 一般開放 20:30~22:00	フリー 一般開放 20:30~22:00			21:00	30	
	22:00								22:00	30	

7・8月は16時まで