

スイミングスクールタイムテーブル 宮の森校 (2025年10月～)

	月	火	水	木	金	土	日
8:30						選手 6:30～8:30	選手 6:00～8:30
9:00						ジュニア 9:00～10:00 30級～19級	幼児 9:00～9:50 30級～22級
10:00						ジュニア 10:00～11:00 19級～3級	ジュニア 10:00～11:00 21級～1級
11:00	ゴールド 10:30～12:00 マスターズ 11:00～12:00	ベビー/幼児 11:00～11:50	ゴールド 10:30～12:00 マスターズ 11:00～12:00	マスターズ 11:00～12:00	ベビー/幼児 11:00～11:50	アクアフリー 11:10～13:00	
12:00	アクア ウォーキング 12:15～13:00	腰痛緩和 12:15～13:00	アクア ウォーキング 12:15～13:00	アクア エクササイズ 12:15～13:00	マスターズ 12:00～13:00	アクア エクササイズ 12:15～13:00	
13:00	アクアフリー 12:15～15:00	アクアフリー 12:15～15:00	アクアフリー 12:15～15:00	アクアフリー 12:15～15:00	アクアフリー 13:00～15:00	ジュニア 13:30～14:30 18級～1級 特習・研修	アクアフリー 12:30～17:00
14:00						高学年 14:30～15:30	
15:00						選手 15:30～17:30	
16:00	ジュニア 15:20～16:20 30級～7級	ジュニア 15:20～16:20 30級～7級	ジュニア 15:20～16:20 30級～7級	ジュニア 15:20～16:20 30級～7級	ジュニア 15:20～16:20 30級～7級		
17:00	ジュニア 16:20～17:20 30級～3級 幼稚園研修	ジュニア 16:20～17:20 30級～3級	ジュニア 16:20～17:20 30級～3級 幼稚園研修	ジュニア 16:20～17:20 30級～3級	ジュニア 16:20～17:20 30級～3級 幼稚園研修		
18:00	ジュニア 17:30～18:30 6級～1級 特習・研修	ジュニア/高学年 17:30～18:30 6級～1級 特習	ジュニア 17:30～18:30 6級～1級 特習・研修	ジュニア 17:30～18:30 6級～1級 特習・研修	ジュニア 17:30～18:30 2級～1級 特習・研修	マスターズ 高学年 17:30～18:30	18:00閉館
19:00	選手 18:30～20:00	選手 18:30～20:00	選手 18:30～20:00	選手 18:30～20:00	選手 18:30～20:30 ※フロントは19:00閉館	アクアフリー 17:30～20:30	
20:00	マスターズ 20:00～21:00 ゴールド 20:00～21:30	アクア エクササイズ 20:10～20:55 アクアフリー 20:00～21:30	マスターズ 20:00～21:00 アクアフリー 20:00～21:30	マスターズ 20:00～21:00 ゴールド 20:00～21:30 アクアフリー 20:00～21:30		19:00閉館	21:00閉館
21:00							
22:00閉館							

※振替利用について・・・受講人数が定員の場合、振替予約を受付できない場合がございますのでご了承ください。

※金曜日17:30～18:30の時間は2級～1級・特習・研修クラスのみ新規登録、クラス変更、振替受講が可能です。

※月曜日～木曜日の17:30～18:30の時間帯は6級～1級、特習、研修クラスのみ新規登録、クラス変更、振替受講が可能です。