

開始時間 9:00							遊泳終了20:50										
		9時	11	13	15	17	19	21		9時	11	13	15	17	19	21	
1	水	2	1	2	2	3	2		16	木					3	3	
2	木					3	1		17	金	4	2	3	2	3	3	
3	金	4	2	3	2	3	3		18	土	杉林				④	④	
4	土	杉林						④	④	19	日	2J	飛田			④	④
5	日	本橋						④	④	20	月			2			
6	月				2				21	火						④	
7	火	休 場 日 (毎月第1火曜日です)								22	水	3	2	2	3	2	
8	水	2			2	3	2		23	木	岡崎				3	3	
9	木	2J	脂肪燃焼アクア						24	金	4	2	3	2	3	3	
10	金	4	2	3	2	3	3		25	土					④	④	
11	土							④	④	26	日	石井			④	④	
12	日	飛田						④	④	27	月			2			
13	月				2				28	火	2J	脂肪燃焼アクア				④	
14	火	岡崎							29	水	3	1	2	2			
15	水	2	1	2	2	3	2										

④ 上級者(500m以上泳げる方)クロール専用周回コース
*1コース分(第④コース専用)

2J ウォーキングタイム(入場料のみ)10時~12時
4日(土)・14日(火)・18日(土)・23(木)音楽が流れます!

2J 脂肪燃焼アクア(参加料500円)10時~11時
9日(木)・28日(火)は、音楽が流れます!

個人利用ができます

歩行者専用コースがあります

個人と団体利用の共用です(数字は団体のコース数)

節電にご協力下さい。

杉十小温水プールのブログ(<http://sugijusyopool.blog.fc2.com/>)
予定表もご覧いただけます



*講師は変更になる場合があります。

☆ 泳力UPコース I (初心・初級クロール&平泳)
第1・2・3・日曜日(入場料のみ)10時~11時

★ 泳力UPコース II (中・上級全泳法)
第4日曜日(入場料のみ)10時~11時

◎ 従来の一般対象のワンポイント・レッスン
11時~12時 (入場料のみ)

