

プールご利用案内表 9/4 (金) ~

火曜日				
9:00	ウォーキング	片道	片道	泳法練習
9:05	コース20M	行き	帰り	往復
9:10	トレーニング			
9:15	エリア5M			
9:20	(遊泳禁止)			
9:25				
9:30				
9:35				
9:40				
9:45				
9:50				
9:55				
10:00				
10:05				
10:10				
10:15				
10:20				
10:25				
10:30				
10:35				
10:40				
10:45				
10:50				
10:55				
11:00				
11:05				
11:10				
11:15				
11:20				
11:25				
11:30				
11:35				
11:40				
11:45				
11:50				
11:55				
12:00				
12:05				
12:10				
12:15				
12:20				
12:25				
12:30				
12:35				
12:40				
12:45				
12:50				
12:55				
13:00				
13:05				
13:10				
13:15				
13:20				
13:25				
13:30				
13:35				
13:40				
13:45				
13:50				
13:55				
14:00				
14:05				
14:10				
14:15				
14:20				
14:25				
14:30				
14:35				
14:40				
14:45				
14:50				
14:55				
15:00				
15:05				
15:10				
15:15				
15:20				
15:25				
15:30				
15:35				
15:40				
15:45				
15:50				
15:55				
16:00				
16:05				
16:10				
16:15				
16:20				
16:25				
16:30				
16:35				
16:40				
16:45				
16:50				
16:55				
17:00				
17:05				
17:10				
17:15				
17:20				
17:25				
17:30				
17:35				
17:40				
17:45				
17:50				
17:55				
18:00				
18:05				
18:10				
18:15				
18:20				
18:25				
18:30				
18:35				
18:40				
18:45				
18:50				
18:55				
19:00				
19:05				
19:10				
19:15				
19:20				
19:25				
19:30				
19:35				
19:40				
19:45				
19:50				
19:55				
20:00				
20:05				
20:10				
20:15				
20:20				
20:25				
20:30				
20:35				
20:40				
20:45				
20:50				
20:55				
21:00				
21:05				
21:10				
21:15				
21:20				
21:25				
21:30				
21:35				
21:40				
21:45				
21:50				
21:55				

水曜日				
9:00	ウォーキング	片道	片道	泳法練習
9:05	コース20M	行き	帰り	往復
9:10	トレーニング			
9:15	エリア5M			
9:20	(遊泳禁止)			
9:25				
9:30				
9:35				
9:40				
9:45				
9:50				
9:55				
10:00				
10:05				
10:10				
10:15				
10:20				
10:25				
10:30				
10:35				
10:40				
10:45				
10:50				
10:55				
11:00				
11:05				
11:10				
11:15				
11:20				
11:25				
11:30				
11:35				
11:40				
11:45				
11:50				
11:55				
12:00				
12:05				
12:10				
12:15				
12:20				
12:25				
12:30				
12:35				
12:40				
12:45				
12:50				
12:55				
13:00				
13:05				
13:10				
13:15				
13:20				
13:25				
13:30				
13:35				
13:40				
13:45				
13:50				
13:55				
14:00				
14:05				
14:10				
14:15				
14:20				
14:25				
14:30				
14:35				
14:40				
14:45				
14:50				
14:55				
15:00				
15:05				
15:10				
15:15				
15:20				
15:25				
15:30				
15:35				
15:40				
15:45				
15:50				
15:55				
16:00				
16:05				
16:10				
16:15				
16:20				
16:25				
16:30				
16:35				
16:40				
16:45				
16:50				
16:55				
17:00				
17:05				
17:10				
17:15				
17:20				
17:25				
17:30				
17:35				
17:40				
17:45				
17:50				
17:55				
18:00				
18:05				
18:10				
18:15				
18:20				
18:25				
18:30				
18:35				
18:40				
18:45				
18:50				
18:55				
19:00				
19:05				
19:10				
19:15				
19:20				
19:25				
19:30				
19:35				
19:40				
19:45				
19:50				
19:55				
20:00				
20:05				
20:10				
20:15				
20:20				
20:25				
20:30				
20:35				
20:40				
20:45				
20:50				
20:55				
21:00				
21:05				
21:10				
21:15				
21:20				
21:25				
21:30				
21:35				
21:40				
21:45				
21:50				
21:55				

木曜日					
9:00	ウォーキング	片道	片道	泳法練習	往復25m 完泳
9:05	コース20M	行き	帰り	往復25m	
9:10	トレーニング				
9:15	エリア5M				
9:20	(遊泳禁止)				
9:25					
9:30					
9:35					
9:40					
9:45					
9:50					
9:55					
10:00					
10:05					
10:10					
10:15					
10:20					
10:25					
10:30					
10:35					
10:40					
10:45					
10:50					
10:55					
11:00					
11:05					
11:10					
11:15					
11:20					
11:25					
11:30					
11:35					
11:40					
11:45					
11:50					
11:55					
12:00					
12:05					
12:10					
12:15					
12:20					
12:25					
12:30					
12:35					
12:40					
12:45					
12:50					
12:55					
13:00					
13:05					
13:10					
13:15					
13:20					
13:25					
13:30					
13:35					
13:40					
13:45					
13:50					
13:55					
14:00					
14:05					
14:10					
14:15					
14:20					
14:25					
14:30					
14:35					
14:40					
14:45					
14:50					
14:55					
15:00					
15:05					
15:10					
15:15					
15:20					
15:25					
15:30					
15:35					
15:40					
15:45					
15:50					
15:55					
16:00					
16:05					
16:10					
16:15					
16:20					
16:25					
16:30					
16:35					
16:40					
16:45					
16:50					
16:55					
17:00					
17:05					
17:10					
17:15					
17:20					
17:25					
17:30					
17:35					
17:40					
17:45					
17:50					
17:55					
18:00					
18:05					
18:10					
18:15					
18:20					
18:25					
18:30					
18:35					
18:40					
18:45					
18:50					
18:55					
19:00					
19:05					
19:10					
19:15					
19:20					
19:25					
19:30					
19:35					
19:40					
19:45					
19:50					
19:55					
20:00					
20:05					
20:10					
20:15					
20:20					
20:25					
20:30					
20:35					
20:40					
20:45					
20:50					
20:55					
21:00					
21:05					
21:10					
21:15					
21:20					
21:25					
21:30					
21:35					
21:40					
21:45					
21:50					
21:55					