柏洋スイマーズ柏スクール　プールスケジュール表

月

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	モーニングフリー 9:00–11:00						
30							アクア30 9:30–10:00
10:00							
30	フリーコース 10:00–15:20						Qコース 10:30–11:10
11:00							
30	初級 11:00–11:55		上級 11:00–11:55				
12:00							
30	初心者 12:00–12:55		中級 12:00–12:55				
13:00							
30	アクア45 13:00–13:45						
14:00							アクア30 14:00–14:30
30							
15:00							
30							Qコース 15:30–16:10
16:00	J・Aコース 体　操　15:20–15:35 プール　15:35–16:35						
30							
17:00	Bコース 体　操　16:30–16:45 プール　16:45–17:45						
30							
18:00							
30	C・D・選手コース 体　操　17:40–17:55 プール　17:55–18:55						
19:00							
30							
20:00	選手コース 19:00–21:00						
30							
21:00							

火

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	モーニングフリー 9:00–11:00						
30							アクア30 9:30–10:00
10:00							
30	フリーコース 10:00–15:20						Qコース 10:30–11:10
11:00	アクア45 11:00–11:45						
30							
12:00	初級 12:00–12:55		上級泳法 12:00–12:55				
13:00	初心者 13:00–13:55		中級 13:00–13:55				
30							
14:00							アクア30 14:00–14:30
30							
15:00							
30							Qコース 15:30–16:10
16:00	J・Aコース 体　操　15:20–15:35 プール　15:35–16:35						
30							
17:00	Bコース 体　操　16:30–16:45 プール　16:45–17:45						
30							
18:00							
30	C・D・選手コース 体　操　17:40–17:55 プール　17:55–18:55						
19:00							
30							
20:00	選手コース 19:00–21:00						
30							
21:00							

水

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	モーニングフリー 9:00–11:00						
30							アクア30 9:30–10:00
10:00							
30	フリーコース 10:00–15:20						Qコース 10:30–11:10
11:00	アクア45 11:00–11:45						
30							
12:00	初級 12:00–12:55		中級 12:00–12:55				
13:00	中級 13:00–13:55		上級 13:00–13:55				
30							
14:00							アクア30 14:00–14:30
30							
15:00							
30							
16:00	J・Aコース 体　操　15:20–15:35 プール　15:35–16:35						
30							
17:00	Bコース 体　操　16:30–16:45 プール　16:45–17:45						
30							
18:00							
30	C・D・選手コース 体　操　17:40–17:55 プール　17:55–18:55						
19:00							
30							
20:00	選手コース 19:00–21:00						
30							
21:00							

木

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	モーニングフリー 9:00–11:00						
30							アクア30 9:30–10:00
10:00							
30	フリーコース 10:00–15:20						Qコース 10:30–11:10
11:00	初級 11:00–11:55		中級 11:00–11:55				
12:00	アクア45 12:00–12:45						
13:00	初心者 13:00–13:55		上級泳法 13:00–13:55				
30							
14:00							アクア30 14:00–14:30
30							
15:00							
30							Qコース 15:30–16:10
16:00	J・Aコース 体　操　15:20–15:35 プール　15:35–16:35						
30							
17:00	Bコース 体　操　16:30–16:45 プール　16:45–17:45						
30							
18:00							
30	C・D・選手コース 体　操　17:40–17:55 プール　17:55–18:55						
19:00							
30							
20:00	選手コース 19:00–21:00						
30							
21:00							

金

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	モーニングフリー 9:00–11:00						
30							アクア30 9:30–10:00
10:00							
30	フリーコース 10:00–15:20						Qコース 10:30–11:10
11:00	初心者 11:00–11:55		上級泳法 11:00–11:55				
12:00	初級 12:00–12:55		中級 12:00–12:55				
13:00	アクア45 13:00–13:45						
30							
14:00							アクア30 14:00–14:30
30							
15:00							
30							Qコース 15:30–16:10
16:00	J・Aコース 体　操　15:20–15:35 プール　15:35–16:35						
30							
17:00	Bコース 体　操　16:30–16:45 プール　16:45–17:45						
30							
18:00							
30	C・D・選手コース 体　操　17:40–17:55 プール　17:55–18:55						
19:00							
30							
20:00	選手コース 19:00–21:00						
30							
21:00							

土

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	J・Aコース 体　操　8:45–9:00 プール　9:00–10:00						
30							
10:00	Bコース 体　操　9:55–10:10 プール　10:10–11:10						Qコース 10:30–11:10
11:00							
30	C・D・選手コース 体　操　11:05–11:20 プール　11:20–12:20						
12:00							
30	修了テスト 12:30〜14:00						
13:00							
30							
14:00	マスターズ 14:00〜15:30						
30							
15:00							
30							
16:00	L8コース 16:00–17:00		フリーコース 15:30–18:00				
30							
17:00	中級 17:00–17:55						
30							
18:00							
30							
19:00							
30							
20:00							
30							
21:00							

日

レーン	1	2	3	4	5	6	サブ
	メインプール						サブ
8:00							
30							
9:00	J・Aコース 体　操　8:45–9:00 プール　9:00–10:00						
30							
10:00	Bコース 体　操　9:55–10:10 プール　10:10–11:10						
11:00							
30							
12:00							
30							
13:00							
30							
14:00							
30							
15:00							
30							
16:00							
30							
17:00							
30							
18:00							
30							
19:00							
30							
20:00							
30							
21:00							