

Zip 平岸 プール スクール・レッスンプログラム・フリーコース状況【2017. 01～】

スクール・レッスン参加状況に応じ、フリーコース数が下記の通りとならない場合がございます、目安とされますようご理解下さい。

	火		水		木		金		土		日	
	【営業時間】10:00～23:00 【プール】10:00～22:00		【営業時間】10:00～23:00 【プール】10:00～22:00		【営業時間】10:00～23:00 【プール】10:00～22:00		【営業時間】10:00～23:00 【プール】10:00～22:00		【営業時間】10:00～21:00 【プール】10:00～20:00		【営業時間】10:00～19:00 【プール】10:00～18:00	
	スクールプログラム	フリーコース	スクールプログラム	フリーコース	スクールプログラム	フリーコース	スクールプログラム	フリーコース	スクールプログラム	フリーコース	スクールプログラム	フリーコース
10		6コース		3コース		6コース		6コース		6コース		3コース
11	女性スイミング 初級・小林 10:30-11:10 フリープログラム (毎週内容変更) 黒崎 10:40-11:10	2コース	女性スイミング 初級・石本 10:30-11:10		成人スイミング 中級・大川原 上級・石本 10:30-11:10	2コース	女性スイミング 上級・大川原 10:30-11:10		成人スイミング 中上級・黒崎 10:20-11:00	2コース		ジッピー フリータイム 10:00-13:00 ジッピー 会員 無料開放
12	成人スイミング 中上級・黒崎 11:30-12:10		女性スイミング 中上級・石本 11:30-12:10		成人スイミング 初級・大川原 11:30-12:10		女性スイミング 初中級・石本 11:30-12:10		シニアスイミング 上級・大島 中級・小林 11:50-12:30			
13	ウォーター フィットネス 鈴木 12:15-12:45	3コース	ワンポイント スイミング 小林 12:15-12:45		シニアスイミング 上級・石本 12:15-12:55	3コース	シニアスイミング 初級・田澤 中級・大川原 12:15-12:55		キッズ スイム (3歳-6歳) 12:30-13:30 対応級:C4-Z0			
14	シニアスイミング 上級・岩手山 12:50-13:30		かんたんウォーキング 田澤 12:50-13:10		ウォーキング& リラクゼーション 鈴木 13:00-13:30		かんたんウォーキング 田澤 13:00-13:20		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 13:30-14:30 対応級:A2-Z0			
15	フィンスイム 小笠原 13:35-14:05			6コース	シニアスイミング 初級・小笠原 中級・小笠原 13:35-14:15	2コース			キッズジュニア スイム (3歳-小学生) 14:30-15:30 対応級:A1-D7	育成 コース B 14:30 15:30		
16	シニアスイミング 初級・小笠原 中級・小林 14:10-14:50	2コース	キッズスイム (3歳-6歳) 14:30-15:30 対応級:C4-Z0	4コース		6コース			ジュニア スイム (年長-小・中学生) 15:30-16:30 対応級:A1-D7	育成 コース A 15:30 16:30	1コース	
17	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:40-16:40 対応級:A2-Z0		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:40-16:40 対応級:A2-Z0		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:40-16:40 対応級:A2-Z0		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:40-16:40 対応級:A2-Z0		選手コース 16:30 - 18:00			
18	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:40-17:40 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:40-17:40 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:40-17:40 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:40-17:40 対応級:A1-D7					
19	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:40-18:40 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:40 18:40	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:40-18:40 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:40 18:40	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:40-18:40 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:40 18:40	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:40-18:40 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:40 18:40				
20	選手コース 18:40 - 20:10	2コース	選手コース 18:40 - 20:10	2コース	選手コース 18:40 - 20:10	2コース	選手コース 18:40 - 20:10	2コース				
21	成人スイミング 中上級・大島 20:15-20:55	4コース	ウォーター フィットネス 鈴木 20:15-20:45	4コース	成人スイミング 中上級・中川 20:15-20:55	4コース	ワンポイント スイミング 大島 20:20-20:50	4コース				
22	スイムトレーニング 大島 21:00-21:30	6コース	成人スイミング 中上級・岩手山 20:50-21:30	6コース	スイムトレーニング 及川 21:00-21:30	2コース		6コース				

※都合により、担当コーチが変更となる場合がございます。予めご了承ください。

火曜日～金曜日の15:15～18:40、土曜日13:15～15:30の時間帯、プールはご利用いただけません。
※短期スクール開催時期・スクール休講日は、上記時間帯でも、ご利用いただける場合がございます。館内掲示またはスタッフまでお問い合わせ下さい。

- ご自由にご参加いただけるレッスンプログラムです。登録の必要はございません。
- 登録制のスクールです。初級(クロール・背泳ぎ25m完泳)・中級(平泳ぎ・パタフライ25m完泳)・上級(4泳法泳力向上)
- お子様向け(Zippy会員)のスクールです。

初めての方でも、お気軽にご参加いただけるスクール・レッスンプログラムです。