

# 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【2018. 5～】

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	
	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	2コース	女性スイミング 初級-田澤 10:30-11:10	2コース	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	4コース	成人スイミング 中上級-畑田 10:20-11:00	2コース		
12	成人スイミング 中上級-大島 11:30-12:10		女性スイミング 中上級-小林 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	2コース	成人スイミング 初級-畑田 11:05-11:45			
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		シニアスイミング 上級-大島 中級-岩手山 11:50-12:30			
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 12:50-13:20		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 13:00-13:30	5コース	キッズスイム (3歳-6歳) 12:30-13:30 対応級:C4-Z0			
15	フィンスイム 小林 13:35-14:05				シニアスイミング 初級-田澤 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) 13:30-14:30 対応級:A1-Z0			
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					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		
17	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:30-16:30 対応級:B1-Z0	6コース	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:30-16:30 対応級:B1-Z0		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:30-16:30 対応級:B1-Z0	6コース	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 15:30-16:30 対応級:B1-Z0		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	
18	キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キッズジュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		選手コース 16:30- 18:00	2コース		
19	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:30-18:30 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:30- 18:30	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:30-18:30 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:30- 18:30	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:30-18:30 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:30- 18:30	ジュニアスイム (年長-小・中学生) 17:30-18:30 対応級:A1-D7	育成 コース A・B 17:30- 18:30				
20	選手コース 18:30- 20:00	2コース	選手コース 18:30- 20:00	2コース	選手コース 18:30- 20:00	2コース	選手コース 18:30- 20:00	2コース				
21	成人スイミング 中上級-畑田 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 レッスン 大島 20:20-20:50	4コース				
22	クロール・背泳ぎ特訓 岩手山 21:00-21:30	6コース	成人スイミング 中上級-及川 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・バタフライ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。