

# 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(2022.5～)

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		6コース		6コース		6コース		6コース		3コース
11				4コース	スイミング 中上級者向け 小林 10:30-11:10	4コース	スイミング 中上級者向け 木下 10:30-11:10	4コース	スイミング 中上級者向け 金野 10:20-11:00	2コース		
12	クロール&背泳ぎ マスター 小林 11:30-12:10	4コース			フィンスイム 小林 11:30-12:00		平泳ぎ&バタフライ マスター 木下 11:30-12:10		スイミング 初級者向け 金野 11:10-11:50		フィンスイム 田澤 11:15-11:45	
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 レベルアップスイム 金野 12:20-13:10		スイミング 上級者向け 小林 12:15-12:55	3コース	クロール&背泳ぎ マスター 金野 12:20-13:00		スイミング 中上級者向け 金野 11:50-12:30			
14	スイミング 中上級者向け 木下 12:50-13:30		ウォーターダンベル MIX 40 田澤 13:15-13:55		ウォーキング& リラクゼーション 鈴木 13:00-13:30		ウォーターダンベル MIX 40 田澤 13:15-13:55		キンダー スイム (3歳-6歳) 12:30-13:30 対応級:C4-Z0			
15	フィンスイム 田澤 13:35-14:05				スイミング 初中級者向け 田澤 13:35-14:15	4コース			キンダー ジュニアスイム (3歳-小学生) 13:30-14:30 対応級:A1-Z0			
16	スイミング 初中級者向け 田澤 14:10-14:50	4コース	キンダースイム (3歳-6歳) 14:30-15:30 対応級:C4-Z0	4コース					キンダー ジュニアスイム (3歳-小学生) 14:30-15:30 対応級:A1-D7			
17		6コース			キンダージュニアスイム (3歳-小学生) 15:30-16:30 対応級:B1-Z0		キンダージュニアスイム (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 15:30 - 16:30		
18	キンダージュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キンダージュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キンダージュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		キンダージュニアスイム (3歳-小学生) 16:30-17:30 対応級:A1-D7		選手コース 16:30 - 18:00			
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 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 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 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 17:30 - 18:30				
20	選手コース 18:30 - 20:00		選手コース 18:30 - 20:00		選手コース 18:30 - 20:00		選手コース 18:30 - 20:00					
21	成人スイミング 岸原 20:15-20:55	4コース	スイム トレーニング 地原 20:15-20:55	成人 スイミング 金野 20:15-20:55	2コース	成人スイミング 金野 20:15-20:55	4コース					

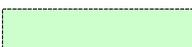
※都合により、担当コーチが変更となる場合がございます。予めご了承ください。

※火曜日～金曜日の15:15～20:00、土曜日13:15～18:00の時間帯、プールはご利用いただけません。

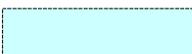
※短期スクール開催時期・スクール休講日は、上記時間帯でも、ご利用いただける場合がございます。館内掲示をご覧ください。

## ■スイミングスクールについて■

【初級】水慣れ～クロール・背泳ぎ・平泳ぎ 各25m完泳が目標です。 【中級】初級課題の各50m完泳とバタフライ25m完泳が目標です。 【上級】4泳法各50m完泳と泳法技術の向上が目標です。

 : 成人向けスイム系レッスン【登録不要】  : 成人向けアクア系レッスン【登録不要】

 : プール初心者でもお気軽に参加できるスクール・レッスンです。  : ご参加頂くには、フィンを持参して下さい。フィンのレンタルはございません

 : Zippy(子供)スイミングスクール  : 選手・育成コース