

2024年7月 大宮前体育館プールコース予定表 TEL03-3334-4618

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時					9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時				
1	月	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		11	木	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
2	火	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		12	金	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
3	水	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		13	土	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
4	木	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		14	日	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
5	金	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		15	祝月	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
6	土	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		16	火	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	休館日	
7	日	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		17	水	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
8	月	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		18	木	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
9	火	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		19	金	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	
10	水	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能		20	土	1J-λ 2J-λ 3J-λ 4J-λ 歩行	終日利用可能	

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

21	日	1J-入	終日利用可能	27	土	1J-入	終日利用可能
		2J-入				2J-入	
		3J-入				3J-入	
		4J-入				4J-入	
		歩行				歩行	
22	月	1J-入	終日利用可能	28	日	1J-入	終日利用可能
		2J-入				2J-入	
		3J-入				3J-入	
		4J-入				4J-入	
		歩行				歩行	
23	火	1J-入	終日利用可能	29	月	1J-入	終日利用可能
		2J-入				2J-入	
		3J-入				3J-入	
		4J-入				4J-入	
		歩行				歩行	
24	水	1J-入	終日利用可能	30	火	1J-入	終日利用可能
		2J-入				2J-入	
		3J-入				3J-入	
		4J-入				4J-入	
		歩行				歩行	
25	木	1J-入	終日利用可能	31	水	1J-入	終日利用可能
		2J-入				2J-入	
		3J-入				3J-入	
		4J-入				4J-入	
		歩行				歩行	
26	金	1J-入	終日利用可能	7月は、貸切およびレッスンはございません。 そのためコースは全日、一般開放となります。 大宮前プールの次回レッスン開催予定は9/24からです。 皆様のご参加を心よりお待ちしております。			
		2J-入					
		3J-入					
		4J-入					
		歩行					

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

9時 11時 13時 15時 17時 19時 21時

自由遊泳J-入	1J-入	歩く 浮く 泳ぐ 等 練習もできる自由なコースです。
25m完泳 片道一方通行	2J-入	時計側から幼児プール側にかけて一方通行で泳いでいただけるコースです。 譲り合ってください。/追い抜き、ターン禁止
25m完泳 片道一方通行	3J-入	幼児プール側から時計側にかけて一方通行で泳いでいただけるコースです。 譲り合ってください。/追い抜き、ターン禁止
連続泳周回J-入	4J-入	右側通行/50m以上泳ぐ方のためのコースです。 譲り合ってください。/追い抜き禁止
歩行専用J-入	歩行	右側通行/歩くための専用コースです。泳がないでください。 ※身体の不自由な方が泳ぐこともあります。 ※小さなお子様をお連れの方は抱っこかおんぶをして一緒にご利用ください。