

フリー遊泳 ＆ 子供スクール ＆ 成人レッスン



週間 コーススケジュール



	月曜日								火曜日								水曜日								木曜日								金曜日								土曜日								日曜日							
コース	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
9:00																							豊島区ヘルシースイム																																		
15																																																					
30																					【成人】レッスン																																		
45															【成人】レッスン																																						
10:00						【成人】レッスン															【成人】レッスン								【成人】レッスン								【成人】レッスン								【子供】初心・児童							
15																																																			
30																					【成人】レッスン								【成人】レッスン								【成人】レッスン								【子供】キンダー							
45																																																			
11:00						【成人】レッスン															【成人】レッスン								【成人】レッスン								【成人】レッスン															
15																																																			
30															ベビースイミング																																				
45																																																			
12:00															ベビースイミング						【成人】レッスン								【成人】レッスン								【成人】レッスン								毎月第1，3週 団体貸切 NPO法人 スペシャルオリンピックス							
20																																																		
30																																																		
45																																																		
13:00																																																		
15																																																		
30																																																		
45							【子供】リトル								【子供】リトル							【子供】リトル																【子供】リトル															
14:00																																																		
15																																																		
30																																																		
45																																																		
15:00						【子供】キンダー								【子供】キンダー							【子供】キンダー								【子供】キンダー								【子供】キンダー								【子供】キンダー							コース貸切枠
15																																																	
30																																																	
45																																																	
16:00						【子供】初心								【子供】初心							【子供】初心								【子供】初心								【子供】初心								【子供】初心							
20																																																	
30																																																	
45																																																	
17:00															【子供】児童						【子供】児童								【子供】児童								【子供】児童								【子供】児童							豊島区水泳連盟
15																																																	
30																																																	
45																																																	
18:00															【子供】上級						【子供】上級								【子供】上級								【子供】上級								【子供】上級							
15																																																	
30																																																	
45																																																	
19:00																																																	
15																																																	
30																																																	
45						【成人】レッスン								【成人】レッスン							【成人】レッスン												【成人】レッスン								【成人】レッスン															
20:00																																																	
15																																																	
30																																																	
45																																																	
21:00																																																	
21:15																																																	

＊注意事項＊
- 教室貸し切りの使用コース数により、上記のコース配置とは異なる場合もありますので、予めご了承ください。
- レッスンの前後は準備・片付け等のため、一部コースがご利用いただけない場合がございます。皆様のご理解ご協力をお願いいたします。
- レッスン以外に、団体貸切等で一部コースがご利用できない時間帯もございます。予めご了承ください。
- 緊急時等によりコーススケジュールが急遽変更になる場合もございます。皆様のご理解ご協力をお願いいたします。

南長崎スポーツセンター

☎03－5988－9270