

B&G タイムスケジュール

2020年9月1日～

	月曜日	火曜日	コース	水曜日	コース	木曜日	コース	金曜日	コース	土曜日	コース	日曜日
	O P E N											
10:00	水中ウォーキング ☆☆	6レーン		アクアピクス ☆☆☆	5・6レーン							
10:30	10:10~10:30			10:10~10:50								
11:00	月替わりレッスン ☆☆	6レーン		大人の初級 ☆☆	6レーン	週替わりレッスン ☆☆	6レーン					
11:30	10:40~11:20			11:00~11:40		10:30~11:10				水なれ~初級 6レーン (定20名)		
12:00	太田 陽介			中筋 幸代 芝本 大輝		太田 陽介				11:00~12:00		
12:30												
13:00												CLOSE
13:30												
14:00										水なれ~初級 5・6レーン (定20名)		
14:30										14:00~15:00		
15:00										初級~上級 5・6 レーン (定20名)		
15:30										15:00~16:00		
16:00	水なれ~初級 6レーン (定20名)			水なれ~初級 5・6 レーン (定20名)		水なれ~初級 6レーン (定20名)		水なれ~初級 6レーン (定20名)		体験教室 毎月第2土曜日 16:00~16:45	6レーン	
16:30	16:00~17:00			16:00~17:00		16:00~17:00		16:00~17:00				
17:00	中級~上級 5・6 レーン (定30名)			水なれ~中級 4・5・6 レーン (定30名)		水なれ~中級 4・5・6 レーン (定30名)		水なれ~中級 4・5・6 レーン (定30名)				
17:30	17:00~18:00			17:00~18:00		17:00~18:00		17:00~18:00				
18:00	水なれ~15級 6レーン (定15名)			中級~上級 4・5・6 レーン (定30名)		中級~上級 4・5・6 レーン (定30名)		中級~上級 4・5・6 レーン (定30名)		中級~上級 6レーン (定30名)		
18:30	18:00~19:00			18:00~19:00		18:00~19:00		18:00~19:00		18:00~19:00		
19:00												
19:30	クロール ☆☆	6レーン		週替わりレッスン ☆☆	6レーン	アクアピクス ☆☆☆	5・6レーン	週替わりレッスン ☆☆	6レーン	月替わりレッスン ☆☆	6レーン	
20:00	19:30~20:10			19:30~20:10		19:30~20:10		19:30~20:10		19:30~20:10		
20:30	芝本 大輝			太田 陽介		中筋 幸代		太田 陽介		中正司 智		
21:00												
	C L O S E											

休館日

成人スクール強度指数

☆☆☆☆☆☆ やさしい
 ☆☆☆☆☆ ふう
 ☆☆☆☆ ややきつい
 ☆☆☆☆ きつい
 ☆☆☆☆ かなりきつい

- ・休館日 月曜日
- ・日曜日の営業時間は17:30までとなります。
- ・成人スクールは会員 無料 一般の方 1,150円(入水料込)スクール開始後の途中参加はできません。
- ・成人スクールは予告なく変更・休講になる場合があります。(祝日は休講です)
- ・Jrスクールは15分以上遅刻された場合は欠席となります。
- ・インストラクターは代行となる場合がございます。ご了承下さい。

串本町B&G海洋センター

コース説明

○ 小プール

1レーン	
2レーン	
3レーン	
4レーン	
5レーン	
6レーン	