

B&G タイムスケジュール

2024年4月～

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											☆☆☆☆☆ 10:00 ~ 17:00 ☆☆☆☆☆ ジュニア特典無料開放 クレジット
10:30			交替わり泳法 ☆☆ 10:30~11:10	6レーン			大人の初級 ☆☆ 10:30~11:10	6レーン			
11:00			芝本 大輝			芝本 大輝			水なれ～初級 11:00~12:00	6レーン (定20名)	
11:30											
12:00											
12:30											
13:00											
13:30											
14:00									水なれ～初級 14:00~15:00	5・6レーン (定20名)	
14:30											
15:00									初級～上級 15:00~16:00	5・6レーン (定20名)	
15:30											
16:00	水なれ～初級 16:00~17:00	6レーン (定20名)	水なれ～初級 16:00~17:00	5・6レーン (定20名)	水なれ～初級 16:00~17:00	6レーン (定20名)	水なれ～初級 16:00~17:00	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											
17:00	中級～上級 17:00~18:00	5・6レーン (定30名)	水なれ～中級 17:00~18:00	4・5・6レーン (定30名)	水なれ～中級 17:00~18:00	4・5・6レーン (定30名)	水なれ～中級 17:00~18:00	4・5・6レーン (定30名)			
17:30											
18:00	水なれ～15級 18:00~19:00	6レーン (定15名)	中級～上級 18:00~19:00	4・5・6レーン (定30名)	中級～上級 18:00~19:00	4・5・6レーン (定30名)	中級～上級 18:00~19:00	4・5・6レーン (定30名)	中級～上級 18:00~19:00	6レーン (定30名)	
18:30											
19:00											
19:30	クロール ☆☆ 19:30~20:10	6レーン	バタフライ ☆☆ 19:30~20:10	6レーン							
20:00	芝本 大輝		中正司 智								
20:30											
21:00	C L O S E										

休館日

成人スクール強度指数

☆……………やさしい
 ☆☆☆…………ふつう
 ☆☆☆☆…………ややきつい
 ☆☆☆☆☆…きつい
 ☆☆☆☆☆☆…かなりきつい

コース説明
 ○ハプール

1レーン	
2レーン	
3レーン	
4レーン	
5レーン	
6レーン	

- ・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