BIG タイムスケジュール

2024年10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
		10：00　O P E N										
10:00	休館日	10月：平泳ぎ 11月：バタフライ 12月：クロール		月替わり･4 ☆2 10：30～11：10 芝本　大輝	6コース	10：20～10：50 水中エクササイズ ☆1～3 橋本　高男	5･6コース	大人の初級 ☆1～2 10：30～11：10 芝本　大輝	6コース			★★★Jr会員特典無料開放クシフ～★★★ 10：00 ～ 17：00 6コース
11:00						月替わり･2 ☆2 11:00～11:40	6コース			（ジュニア） 水なれ～初級 11:00～12：00	6コース	
12:00				10月：バタフライ 11月：クロール 12月：バタフライ								
13:00		：ジュニアスクール　（有料／会員制） ※事前にお手続きください。（定員あり） ：パーソナルレッスン（有料） ※事前にお申込みください。　※小学生以上				：成人対象のレッスン（無料／プール利用者対象） ※参加の際は受付にて都度お申込みください。 ※レッスン開始後の途中参加はできません。 ※予告なく休講とさせていただく場合があります。 ※祝日は休講です。						
14:00		パーソナルレッスン ＊有料 （6コース） 14:30～15:10		パーソナルレッスン ＊有料 （6コース） 14:30～15:10		パーソナルレッスン ＊有料 （6コース） 14:30～15:10		パーソナルレッスン ＊有料 （6コース） 14:30～15:10		（ジュニア） 水なれ～初級 14：00～15：00	5･6コース	
15:00										（ジュニア） 初級～上級 15：00～16：00	5･6コース	
16:00		（ジュニア） 水なれ～初級 16：00～17：00	6コース	（ジュニア） 水なれ～初級 16：00～17：00	6コース	（ジュニア） 水なれ～初級 16：00～17：00	6コース	（ジュニア） 水なれ～初級 16：00～17：00	6コース	（ジュニア） 体験教室 毎月第2土曜日 16:00～16:45	6コース	
17:00		（ジュニア） 水なれ～15級 17：00～18：00	5･6コース	（ジュニア） 水なれ～中級 17：00～18：00	5･6コース	（ジュニア） 水なれ～中級 17：00～18：00	5･6コース	（ジュニア） 水なれ～中級 17：00～18：00	5･6コース			17：30 CLOSE
18:00		（ジュニア） 水なれ～15級 18：00～19：00	6コース	（ジュニア） 中級～上級 18：00～19：00	4･5･6コース	（ジュニア） 中級～上級 18：00～19：00	4･5･6コース	（ジュニア） 中級～上級 18：00～19：00	4･5･6コース	（ジュニア） 中級～上級 18：00～19：00	4･5･6コース	
19:00												
20:00		クロール ☆1～2 19：30～20：10 芝本　大輝	6コース	バタフライ ☆2 19：30～20：10 中正司　智	6コース	ワンポイントレッスン ☆1～2 19：30～20：10 竹田　幸史						
21:00		21：00　C L O S E										

成人レッスン　強度の目安
- ☆1・・・・・・やさしい
- ☆2・・・・・・ふつう
- ☆3・・・・・・きつい

★最終チェックイン時間は、閉館時間の３０分前までとなります。

＊パーソナルレッスン＊　『マンツーマンで集中的に練習を希望される方におススメです！』
- 事前に担当コーチとご相談の上、受付にてお申し込みください。
- ■の枠以外での開催希望の方も担当コーチとご相談ください。
- 都合により実施内容、開催日時のご希望に添えない場合があります。
- キャンセル料：開催当日の1時間前までは無料。以降のキャンセルは料金の半額をいただきます。

料金：１回　￥4,500円（40分間）　※消費税込
担当（指名制）：中正司智・芝本大輝・竹田幸史・橋本高男
対象：小学生以上