

B&G タイムスケジュール

2025年1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	第1火曜日は休講										<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> ★ ★ ★ Jr会員特典無料開放ク ★ ★ </div>	
11:00	10:30~11:00 みんなで泳ごう 25m×20本 ☆2~3 5・6コース		10:30~11:10 月替わり・4 ☆2 6コース		10:30~10:50 水中エクササイズ ☆1~3 5・6コース		10:30~11:10 大人の初級 ☆1~2 6コース					
12:00	11:00~11:20 スタート練習 ☆2 橋本 高男		10:30~11:10 芝本 大輝		11:00~11:40 月替わり・2 ☆2 橋本 高男		10:30~11:10 芝本 大輝		(ジュニア) 水なれ~初級 11:00~12:00			
13:00	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p> : 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)</p> <p> : 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</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p> : 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きます場合があります。 ※祝日は休講です。</p> </div> </div>											
14:00												
15:00	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			10:00 17:00 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) 初級~上級 15:00~16:00	5・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	(ジュニア) 体験教室 毎月第2土曜日 16:00~16:45	6 コース		
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		17:30 CLOSE
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	7ポイントレッスン ☆1~2 19:30~20:10 竹田 幸史		<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px;"> <p>成人レッスン 強度の目安</p> <p>☆1.....やさしい</p> <p>☆2.....ふつう</p> <p>☆3.....きつい</p> </div>					
21:00	21:00 C L O S E											

★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(指定制)：中正司智・芝本大輝・竹田幸史・橋本高男
 対象：小学生以上