3月31日　　日曜日

<table>
<tr><th colspan="6">スクールプール</th><th rowspan="2"></th><th colspan="3">メンバープール</th></tr>
<tr><th>1</th><th>2</th><th>3</th><th>4</th><th>5</th><th>6</th><th>1</th><th>2</th><th>3</th></tr>
<tr><td>初心者</td><td>25m</td><td>25m</td><td rowspan="5">高速</td><td rowspan="9">５０ｍ</td><td rowspan="5">ウォーキング</td><td>9:30</td><td rowspan="19">初心者</td><td rowspan="19">２５ｍ</td><td rowspan="19">ウォーキング</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="2">短期教室
１０：００～１１：００</td><td>初心者</td><td>10:00</td></tr>
<tr><td></td><td>10:30</td></tr>
<tr><td>初心者</td><td rowspan="3">25m</td><td rowspan="3">25m</td><td>11:00</td></tr>
<tr><td>キッズPL
11:30～12:00</td><td>11:30</td></tr>
<tr><td>初心者</td><td>12:00</td></tr>
<tr><td colspan="4">アクアダンス45
１２：３０～１３：１５
森　裕子</td><td>高速</td><td>12:30</td></tr>
<tr><td colspan="6" rowspan="2">ベビーフェス
１３：１５～１５：１５</td><td>13:00</td></tr>
<tr><td>13:30</td></tr>
<tr><td>14:00</td></tr>
<tr><td>14:30</td></tr>
<tr><td>15:00</td></tr>
<tr><td>初心者</td><td>25m</td><td>25m</td><td rowspan="8">高速</td><td rowspan="8">50m</td><td rowspan="8">初心者</td><td>15:30</td></tr>
<tr><td colspan="2" rowspan="3">ＰＬ
（KAICA）
１５：３０～
１９：３０
※当日によって
変動あり</td><td rowspan="2">キッズPL
15:30～
18:00</td><td>16:00</td></tr>
<tr><td>16:30</td></tr>
<tr><td>17:00</td></tr>
<tr><td>17:30</td></tr>
<tr><td>18:00</td></tr>
<tr><td>18:30</td></tr>
<tr><td>19:00</td></tr>
<tr><td>初心者</td><td>25m</td><td>25m</td><td>19:30</td></tr>
</table>

アクアプログラム5分前にコース帯を変更させて頂きます。ご理解ご協力の程お願い致します。
利用状況によってコース帯の変更,ウォーキングコースを泳ぐコースに変更させていただく場合があります。予めご了承ください。

初心者	25mで途中止まりながら、泳げるコース
25m	25mずつ泳ぐコース。スクールプールは行きと帰りでコースが違います。
50m	50mずつすいすい泳ぐ方先使用コースとなります。
高速	ペースがとても速く、どんどん泳ぐ方専用コースとなります。