

# 津トップスイミングクラブ プールプログラム 2022年4月1日～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00							休館日
10:30	10:30~11:00 小山 朝-ウォーキング	10:35~11:20 名和 初級・中級クラス		10:35~11:20 小池 初心者クラス			
11:00							
11:30	11:20~12:05 高橋 アクアビクス <b>担当変更</b>	11:45~12:30 横尾 アクアビクス		11:45~12:30 山岸 アクアビクス			
12:00							
12:30							
13:00							
13:30	13:15~14:00 小池 初心者クラス			<b>担当変更</b>	13:15~14:00 田村 初級・中級クラス		
14:00							
14:30	14:10~14:55 小山 平泳ぎ中心	14:10~14:55 藤山 バタフライ中心		14:10~14:55 小山 クロール中心	14:10~14:55 藤山 背泳ぎ中心		
15:00							
15:30							
16:00							
18:00						18:00~18:45 小山 初心者クラス	
18:30	18:30~19:15 小池 初心者クラス						
19:00						19:00~19:45 片岡 アクアビクス	
19:30		19:30~20:15 小池 初級・中級クラス			19:30~20:15 小池 初級・中級クラス		
20:00							
20:30		20:30~21:15 小池 長距離クラス	20:30~21:15 名和 マスターズクラス	20:30~21:15 片岡 アクアビクス	20:30~21:15 小池 長距離クラス		
21:00							
21:30							
22:00							

施設利用時間  
のご案内

	プール	ジャグジー・サウナ
月曜日～金曜日	10:00～16:00 18:15～22:00	10:00～16:00 17:30～22:00
土曜日	10:00～21:00	10:00～21:00

※ ロッカールームは、施設利用時間の前後15分でご利用ください。

※ 塔方のジャグジーのジェット及びパイブラは18:00より作動します。

