

【幸田町民プール時間割】

日	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21																	
月	休館日																												
火								キッズ KKD-2 17:00~18:00	キッズ KD-2 18:00~19:00																				
水		<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th colspan="2">マスターズ</th> <th rowspan="2">水中運動 H3 12:00~13:00</th> </tr> <tr> <th>基本</th> <th>クロール</th> </tr> <tr> <td>11:00~11:30</td> <td>11:30~12:00</td> <td></td> </tr> </table>	マスターズ		水中運動 H3 12:00~13:00	基本	クロール	11:00~11:30	11:30~12:00						キッズ K-3 16:00~17:00	キッズ KKD-3 17:00~18:00	キッズ KD-3 18:00~19:00	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th colspan="2">マスターズ</th> </tr> <tr> <th>平泳ぎ</th> <th>バタフライ</th> </tr> <tr> <td>19:00~19:30</td> <td>19:30~20:00</td> </tr> </table>	マスターズ		平泳ぎ	バタフライ	19:00~19:30	19:30~20:00					
マスターズ		水中運動 H3 12:00~13:00																											
基本	クロール																												
11:00~11:30	11:30~12:00																												
マスターズ																													
平泳ぎ	バタフライ																												
19:00~19:30	19:30~20:00																												
木								キッズ K-4 16:00~17:00	キッズ KKD-4 17:00~18:00	キッズ KD-4 18:00~19:00																			
金		<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th colspan="2">水中運動 H5 11:00~12:00</th> <th colspan="2">マスターズ</th> </tr> <tr> <th colspan="2"></th> <th>平泳ぎ</th> <th>バタフライ</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>12:00~12:30</td> <td>12:30~13:00</td> </tr> </table>	水中運動 H5 11:00~12:00		マスターズ				平泳ぎ	バタフライ			12:00~12:30	12:30~13:00					キッズ K-5 16:00~17:00	キッズ KKD-5 17:00~18:00	キッズ KD-5 18:00~19:00	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th colspan="2">マスターズ</th> </tr> <tr> <th>クロール</th> <th>背泳ぎ</th> </tr> <tr> <td>19:00~19:30</td> <td>19:30~20:00</td> </tr> </table>	マスターズ		クロール	背泳ぎ	19:00~19:30	19:30~20:00	
水中運動 H5 11:00~12:00		マスターズ																											
		平泳ぎ	バタフライ																										
		12:00~12:30	12:30~13:00																										
マスターズ																													
クロール	背泳ぎ																												
19:00~19:30	19:30~20:00																												
土	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <th>キッズ K-6 10:00~11:00</th> <th>キッズ KD-6 11:00~12:00</th> </tr> </table>	キッズ K-6 10:00~11:00	キッズ KD-6 11:00~12:00																										
キッズ K-6 10:00~11:00	キッズ KD-6 11:00~12:00																												

【教室詳細】

《子どもスイミング教室》

キッズ	小学生以上対象。水慣れから4泳法を中心とした水中運動を通して、技術面・社会面・精神面・体力面の向上を図ると共に水難事故防止プログラムを行います。
キッズ	小学生以上対象。水慣れから4泳法を中心とした水中運動を通して、技術面・社会面・精神面・体力面の向上を図ると共に水難事故防止プログラムを行います。
キッズ	小学生以上対象。水慣れから4泳法を中心とした水中運動を通して、技術面・社会面・精神面・体力面の向上を図ると共に水難事故防止プログラムを行います。

《大人スイミング教室》

曜日	教室名	時間	内容
水	マスターズ・基本	11:00~11:30	脱力・姿勢・身体の使い方など、泳ぎを基礎から始める教室です。
	マスターズ・クロール	11:30~12:00	クロールを基礎から始める教室です。
	水中運動	12:00~13:00	水の特性（浮力・抵抗・水温・水圧）を活かして、水中で効率よく運動します。運動不足や、腰痛・膝痛の方におススメです。
	マスターズ・平泳ぎ	19:00~19:30	平泳ぎを基礎から始める教室です。
	マスターズ・バタフライ	19:30~20:00	バタフライを基礎から始める教室です。
金	水中運動	11:00~12:00	水の特性（浮力・抵抗・水温・水圧）を活かして、水中で効率よく運動します。運動不足や、腰痛・膝痛の方におススメです。
	マスターズ・平泳ぎ	12:00~12:30	平泳ぎを基礎から始める教室です。
	マスターズ・バタフライ	12:30~13:00	バタフライを基礎から始める教室です。
	マスターズ・クロール	19:00~19:30	クロールを基礎から始める教室です。
	マスターズ・背泳ぎ	19:30~20:00	背泳ぎを基礎から始める教室です。