|            |     |        |    | 0 11                        |                   | 12 1                |   | 12 |                  |              | 7, 1,      |      |               |     | 10     |          | 10                |              |              | 10 0                                    |                 |                          |             |                            |
|------------|-----|--------|----|-----------------------------|-------------------|---------------------|---|----|------------------|--------------|------------|------|---------------|-----|--------|----------|-------------------|--------------|--------------|---|-----------------|--------------------------|-------------|----------------------------|
| 日          | 曜日  | コース    | 10 | 1                           | 1                 | 1                   | 2 | 1  | 3                | 1            | 4          | 1    | 5             | 1   | 6      | 1        | 7                 | 1            | 8            | 1                                       | 9               | 2                        | 0           | 21                         |
|            |     | 1      |    |                             |                   |                     |   |    | 13:0             | 00~          |            |      |               |     |        | 16       | 5:30 <sup>-</sup> | ~18:3        | 30           |   | 19:0            | 00~                      |             |                            |
|            |     | 2      |    |                             |                   |                     |   |    | 14<br>初          | 4:00<br>級    |            |      |               |     |        |          | 寸                 | 体            |              |   | 20<br>スパ        | 0:00<br>シャル              |             |                            |
|            |     | 3      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   | П      | _        | ス                 |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| 1          | 土   | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5      |    | ļ                           |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        | <u> </u> |                   | ļ            |              | ļ                                       |                 | ļ                        |             |                            |
|            |     | 6      |    | ļ                           |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             | ⊐   | _      | ス        |                   |              |              | ļ                                       |                 |                          |             |                            |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 2      |    | 10:3                        | 30~               |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   | $\Box$ | _        | ス                 |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 3      |    | 初級                          | :30<br>/中級        |                     |   |    |                  |              | ///        | 1=1  | ㅋ             | 713 | _      |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| 2          | 日   | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 6      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             | ⊐   | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 1      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            | -1-1 |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 2      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   |        |          | ス                 |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| 3          | 月   | 3 4    |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| ٦          | 73  | 5      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 6      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             |     | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 1      |    | 10:3                        | 30~               |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          | 17                | :00          | -19:         | 00                                      | 19:             | 10~                      |             |                            |
|            |     | 2      |    | 10:3<br>11<br><sup>楽し</sup> | :20               |                     |   |    | 13:0<br>14<br>初級 | 00~<br>.00   | 泳          | 者    | 専             | 用   |        |          |                   | · 可          | 体            |   | <b>とし</b><br>水中 | ):10<br>1777             |             |                            |
|            | 火   | 3      |    | 水中                          | 運動                |                     |   |    | 初級               | /中級          |            |      |               |     | _      | ス        |                   |              |              |   |                 | 19:30 <sup>-</sup><br>豆  | ~20:30<br>体 |                            |
| 4          |     | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5<br>6 |    | -                           |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             |     |        | 7        |                   |              |              |   |                 |                          |             | $\vdash$                   |
|            |     | 7      |    | <u> </u>                    |                   |                     |   |    |                  |              | )          | ')   | _             |     | _      | ス        |                   |              |              | _                                       |                 |                          |             |                            |
|            |     | 1      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 2      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   |        | _        | ス                 |              |              |   | 19:0            | 00~                      |             |                            |
|            |     | 3      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   | 20              | :00<br>/中級               |             |                            |
| 5          | 水   | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5      |    | ļ                           |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        | <u></u>  |                   | ļ            |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 6      |    | ļ                           |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             | □   | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   | 19.0            | 00~                      |             |                            |
|            |     | 2      |    |                             | 11:0              | 00∼<br>•45          |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   |        | _        | ス                 |              |              |   | 20              | :00<br><sup>‡級</sup>     |             |                            |
|            |     | 3      |    |                             | <b>11</b><br>水中ウ: | <b>.+⊃</b><br>ォーキング |   |    |                  |              | <i>///</i> | H    | <del>न्</del> | 711 |        |          |                   |              |              |   | 初日              | H級                       |             |                            |
| 6          | 木   | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 6      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             | ⊐   | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    | 12.00            | ~14:00       |            |      |               |     |        |          |                   |              |              | 111111111111111111111111111111111111111 | 10.             |                          |             |                            |
|            |     | 1      |    | 10:3                        | 30~               |                     |   |    | 13:00°<br>水中     | ~14:00<br>運動 | 3.5        | +/   | _             | -   |        |          | 17                | :00 <u>-</u> | <u>.</u> 19: | 00                                      | 20              | 10~<br>):10              |             |                            |
|            |     | 2      |    | 11<br>初級 <i>/</i>           | :30<br>/中級        |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   |        | 7        |                   | <u> </u>     | 体            |   | 水中              | 1777                     |             |                            |
| 7          | 金   | 3      |    | 173 (17.                    | . 17/             |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| l <b>′</b> | 117 | 5      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 6      |    | <u> </u>                    |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             | J   | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             | -+                         |
|            |     | 7      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 1      |    |                             |                   |                     |   |    | 13:0             | 00~          |            |      |               |     |        | 16       | 5:30              | ~18:3        | 30           |   | 19:0            | 00~                      |             |                            |
|            |     | 2      |    |                             |                   |                     |   |    | 14<br>初          | :00<br>級     |            |      |               |     |        |          | <u>d</u>          | 体            |              |   | 20<br>20°       | ):00<br><sup>ઇષ્કા</sup> |             |                            |
|            |     | 3      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | 泳          | 者    | 専             | 用   | П      | _        | ス                 |              |              |   |                 |                          |             |                            |
| 8          | 土   | 4      |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              |            |      |               |     |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             |                            |
|            |     | 5      |    | -                           |                   |                     |   |    |                  |              |            | 1.1  |               | _   |        |          |                   |              |              |   |                 |                          |             | $\vdash \vdash \downarrow$ |
|            |     | 6<br>7 |    |                             |                   |                     |   |    |                  |              | フ          | IJ   | _             |     | _      | ス        |                   |              |              |   |                 |                          |             | $\blacksquare$             |
|            |     | /      |    | <u> </u>                    |                   | <u> </u>            |   |    |                  | į            |            |      |               |     |        | <u> </u> |                   | <u> </u>     | <u> </u>     | <u> </u>                                |                 | <u> </u>                 |             |                            |

|    |    |                  | 10 | 11                     |                                  | 1   | 2 | 1 | 3                 | 1                 | 4 | ^<br> | 5 | "<br>1 | 6        |          | 7                           | 18         | λ <u>Ε</u>  | 19   |                                    | 20            | 21 |
|----|----|------------------|----|------------------------|----------------------------------|-----|---|---|-------------------|-------------------|---|-------|---|--------|----------|----------|-----------------------------|------------|-------------|------|------------------------------------|---------------|----|
| 日  | 曜日 | コ <b>ー</b> ス     | Ĭ  |                        |                                  |     |   | · |                   | •                 | • | •     |   |        |          | <u>'</u> |                             |            |             | Ĺ    | •                                  |               |    |
| 9  | 日  | 2<br>3<br>4<br>5 |    | 10:3<br>11<br>初級/      | :30                              |     |   |   |                   |                   | 泳 | 者     | 専 | 用      | <u> </u> |          | ス                           |            |             |      |                                    |               |    |
|    |    | 6                |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 10 | 月  | 1<br>2<br>3<br>4 |    |                        |                                  |     |   |   | 13:00~<br>初·i     | ~14:00<br>>者      | 泳 | 者     | 専 | 用      |          |          | ス                           |            |             |      |                                    |               |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 11 | 火  | 1<br>2<br>3<br>4 |    | 10:3<br>11<br>楽l<br>水中 | 30~<br>:20<br><sub>い</sub><br>運動 |     |   |   | 13:0<br>14<br>初級/ | )0~<br>:00<br>′中級 | 泳 | 者     | 専 | 用口     | _        | ス        | 17                          | :00~<br>団( | ·19:00<br>本 | ) 19 | 9:10~<br>20:10<br><sup>來中7/7</sup> | 0~20:30<br>団体 |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 12 | 水  | 2<br>3<br>4<br>5 |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | 泳 | 者     | 専 | 用      | <u> </u> |          | ス                           |            |             | 2    | 9:00~<br>20:00<br><sup>]級/中級</sup> |               |    |
|    |    | 6                |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | - |        | 1        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 13 | 木  | 1<br>2<br>3<br>4 |    |                        | 11:(<br>11<br>水中 <sup>分</sup>    | :45 |   |   |                   |                   | 泳 | 者     | 専 | 用      | <u> </u> |          | ス                           |            |             | 2    | 9:00~<br>20:00<br><sub>初中級</sub>   |               |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   | 13:00~            | ~14:00<br>運動      | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             | 10   | 9:10~                              |               |    |
| 14 | 金  | 2<br>3<br>4      |    | 10:3<br>11<br>初級/      | 30~<br>:30<br>/中級                |     |   |   | 水中                | 連動                | 泳 | 者     | 専 | 用コ     | _        | ス        | 17                          | :00~<br>団( | ·19:00<br>本 | ,    | 20:10<br>水中アクア                     |               |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 15 | ±  | 1<br>2<br>3<br>4 |    |                        |                                  |     |   |   | 13:(<br>14<br>初   | )0~<br>:00<br>級   | 泳 | 者     | 専 | 用      |          | 16<br>—  | 5:30 <sup>-</sup><br>団<br>ス | -18:3<br>体 | 0           |      | 9:00~<br>20:00<br>スペシャル            |               |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |
| 16 | 日  | 1<br>2<br>3<br>4 |    | 10:3<br>11<br>初級/      | 30~<br>:30<br><sup>作級</sup>      |     |   |   |                   |                   | 泳 | 者     | 専 | 用      | П        |          | ス                           |            |             |      |                                    |               |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                                  |     |   |   |                   |                   | フ | IJ    | _ |        | _        | ス        |                             |            |             |      |                                    |               |    |

## 令和7年11月 コース利用予定表

| 日  | 曜日   | コース              | 10 | 1                      | 1                             | 1                   | 2 | 1 | 3                | 1                  | 4 | 1  | 5 | 1  | 6        | 1 | 7   | 1                      | 8          | 1  | 9  | 2                            | 0           | 21 |
|----|------|------------------|----|------------------------|-------------------------------|---------------------|---|---|------------------|--------------------|---|----|---|----|----------|---|-----|------------------------|------------|----|--|------------------------------|-------------|----|
| H  | -111 | 1                |    |                        |                               |                     |   |   | 13:00            | ~14:00<br>ù者       |   |    |   |    |          |   |     |                        |            |    |  |                              |             |    |
| 17 | 月    | 2<br>3<br>4<br>5 |    |                        |                               |                     |   |   | دروه             | D-18               | 泳 | 者  | 専 | 用  | <u> </u> |   | ス   |                        |            |    |  |                              |             |    |
|    |      | 6<br>7           |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ | □  | _        | ス |     |                        |            |    |  |                              |             |    |
| 18 | 火    | 1<br>2<br>3<br>4 |    | 10:3<br>11<br>楽l<br>水中 | <i>.</i> l.1                  |                     |   |   | 13:0<br>14<br>初級 | 00~<br> :00<br>/中級 | 泳 | 者  | 専 | 用口 |          | ス | 17  | 7:00↑<br>団             | ~19:0<br>体 | 00 | 19:1<br>20<br>水中                                 | ):10<br>יליקיו               | -20:30<br>体 |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ |    | _        | ス |     |                        |            |    |  |                              |             |    |
| 19 | 水    | 1<br>2<br>3<br>4 |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | 泳 | 者  | 専 | 用  |          |   | ス   |                        |            |    | 19:0<br>20:<br>初級/                               | )0~<br>:00<br><sup>′中級</sup> |             |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ |    | _        | ス |     |                        |            |    | 19:0   | 00~                          |             |    |
| 20 | 木    | 2 3 4            |    |                        | 11:(<br>11<br>水中 <sup>分</sup> | 00∼<br>:45<br>ォ-キング |   |   |                  |                    | 泳 | 者  | 専 | 用  |          |   | ス   |                        |            |    | 20:  | 00                           |             |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   | 13:00            | ~14:00             | フ | IJ | _ | □  | _        | ス |     |                        |            |    | 19:1   | Oo:                          |             |    |
| 21 | 金    | 1<br>2<br>3<br>4 |    | 10:3<br>11<br>初級/      | 30~<br>:30<br>/中級             |                     |   |   | 水中               | ~14:00<br>運動       | 泳 | 者  | 専 | 用コ | _        | ス | 17  | 7:00 <sup>~</sup><br>団 | ~19:0<br>体 | 00 | 20   | ):10<br>):70<br>):707        |             |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   | 130              | )0~                | フ | IJ | _ |    | _        | ス | 30- | ~18:3                  | 30         |    | 19:0   | 00~                          |             |    |
| 22 | ±    | 2<br>3<br>4      |    |                        |                               |                     |   |   | 14               | :00<br>級           | 泳 | 者  | 専 | 用  | ⊐        | _ | ,   | 体                      |            |    | 20<br><sup>Z</sup> / <sub>Z</sub> / <sub>0</sub> | ):00<br>)†#                  |             |    |
|    | 1    | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ |    | _        | ス |     |                        |            |    |  |                              |             |    |
| 23 | 日    | 1<br>2<br>3<br>4 |    | 10:3<br>11<br>初級       | 30~<br>:30<br>/中級             |                     |   |   |                  |                    | 泳 | 者  | 専 | 用  | П        |   | ス   |                        |            |    |  |                              |             |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ |    | _        | ス |     |                        |            |    |  |                              |             |    |
| 24 | 月    | 1<br>2<br>3<br>4 |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | 泳 | 者  | 専 | 用  | <u> </u> |   | ス   |                        |            |    |  |                              |             |    |
|    |      | 5<br>6<br>7      |    |                        |                               |                     |   |   |                  |                    | フ | IJ | _ | □  | _        | ス |     |                        |            |    |  |                              |             |    |

| ^ <del>-</del> |   | _ |   | _ | _ |   |   |
|----------------|---|---|---|---|---|---|---|
| 令 和 7 年 11 月   | _ | ス | 杊 | 用 | Ť | 定 | 表 |

| 日  | 曜日 | コース              | 10<br> | 1                 | 1                  | 1                                | 2 | 1 | 3               | 1            | 4 | 1  | 5          | 1  | 6       | 1 | 7  | 1         | 8         | 1  | 9<br>  | 2                | 0 | 21 |
|----|----|------------------|--------|-------------------|--------------------|----------------------------------|---|---|-----------------|--------------|---|----|------------|----|---------|---|----|-----------|-----------|----|--|------------------|---|----|
| 25 | 火  |                  |        |                   |                    |                                  |   |   |                 | 休            |   |    | 館          |    |         |   |    |           |           |    |  |                  |   |    |
| 26 | 水  |                  |        |                   |                    |                                  |   |   |                 | 7/1          |   |    | <b>以</b> 日 |    |         | 日 |    |           |           |    |  |                  |   |    |
| 27 | 木  | 1<br>2<br>3<br>4 |        |                   | 11:0<br>11<br>水中ウォ | )0∼<br>:45<br><sub>!-‡ンク</sub> ゙ |   |   |                 |              | 泳 | 者  | 専          | 用  | <u></u> | _ | ス  |           |           |    | 19:(<br>20:<br>初 <sup>□</sup>  | )0~<br>:00<br>⊧級 |   |    |
|    | 1  | 5<br>6<br>7      |        |                   |                    |                                  |   |   | 13:00-          | ~14:00<br>運動 | フ | IJ | _          | □  | —       | ス |    |           |           |    | 10.  | 0~               |   |    |
| 28 | 金  | 1<br>2<br>3<br>4 |        | 10:3<br>11<br>初級/ | 30~<br>:30<br>/中級  |                                  |   |   | 水中              | 運動           | 泳 | 者  | 専          | 用コ |         | ス | 17 | ~00:<br>団 | ~19:<br>体 | 00 | 20<br>水中   | ):10<br>17/77    |   |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |        |                   |                    |                                  |   |   | 13:0            | 00~          | フ | IJ | _          |    |         | ス |    |           |           |    | 19:0   | 00~              |   |    |
| 29 | ±  | 2 3 4            |        |                   |                    |                                  |   |   | 13:(<br>14<br>初 | :00<br>級     | 泳 | 者  | 専          | 用  | コ       | _ | ス  |           |           |    | 20<br><sup>2</sup> / <sub>2</sub> / <sub>2</sub> / <sub>2</sub> / <sub>2</sub> | ):00<br>シャル      |   |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |        |                   |                    |                                  |   |   |                 |              | フ | IJ | _          |    | _       | ス |    |           |           |    |  |                  |   |    |
| 30 | 日  | 2<br>3<br>4      |        | 10:3<br>11<br>初級/ | :30                |                                  |   |   |                 |              | 泳 | 者  | 専          | 用  | コ       | _ | ス  |           |           |    |  |                  |   |    |
|    |    | 5<br>6<br>7      |        |                   |                    |                                  |   |   |                 |              | フ | IJ | ı          |    | _       | ス |    |           |           |    |  |                  |   |    |

<sup>※</sup>準備のため、上記の時間前後5分いただきますので、ご協力お願いします。

<sup>※</sup>上記の内容は変更になる場合があります。