



	4日 (水)							11日 (水)							18日 (水)							25日 (水)							
	1	2	3	4	5	6	サブ	1	2	3	4	5	6	サブ	1	2	3	4	5	6	サブ	1	2	3	4	5	6	サブ	
9:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							9:00
10:00																													9:00
11:00	右側							右側							右側							右側							10:00
12:00																													11:00
13:00	右側							右側							右側							右側							12:00
14:00																													13:00
15:00	右側							右側							右側							右側							14:00
16:00																													15:00
17:00	右側							右側							右側							右側							16:00
18:00																													17:00
19:00	右側							右側							右側							右側							18:00
20:00																													19:00
20:45	右側							右側							右側							右側							20:45
																													20:45

20:45 目盛りは15分単位です

速く	… 速く泳ぐ方優先コース
ゆっくり	… ゆっくり泳ぐ方優先コース
右側	… 右側通行コース
歩行	… 水中歩行専用コース (サブ1.1M、19:00以降1.2M)
子ども	… 子ども用プール (0.8M)

★は水泳教室・☆はのびのび水中運動教室

★は渋谷区水泳連盟主催の水泳教室です(年3期制)
次の募集は11/15号の区ニュースに掲載予定です

休憩時間 (各10分) 10:50、12:50、14:50、16:50、18:50