

	2日 (水)							9日 (水)							16日 (水)							23日 (水)							30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	1	2	3	4	5	6	サブ	
7:00																																				7:00
8:00																																				8:00
9:00								速く							速く							速く							速く							9:00
10:00	フリーエリア							歩行							歩行							歩行							歩行							10:00
11:00																																				
12:00																																				12:00
13:00																																				13:00
14:00								右側							右側							右側							右側							14:00
15:00								子ども							子ども							子ども							子ども							15:00
16:00								★							★							★							★							16:00
17:00								フリー							フリー							フリー							フリー							17:00
18:00								歩行							歩行							歩行							歩行							18:00
19:00								フリー							フリー							フリー							フリー							19:00
20:00								フリー							フリー							フリー							フリー							20:00

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・水中歩行専用プール（サブ1.1M、19：00以降1.2M）
- 子ども ... 子ども用プール（0.8M）

★は渋谷区水泳連盟主催の水泳教室(年3期制)です
 ☆は団体貸切です(団体貸切がない場合は一般開放)

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