

# 代官山スポーツプラザ

# 特別使用コース形態

# 平成31年2月

	5日 (火)							7日 (木)							14日 (木)							19日 (火)							21日 (木)							28日 (木)															
	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	1	2	3	4	5	6	サブ									
7:00																																																			7:00
8:00																																																			8:00
9:00																																																			9:00
10:00																																																			10:00
11:00																																																			11:00
12:00																																																			12:00
13:00																																																			13:00
14:00																																																			14:00
15:00																																																			15:00
16:00																																																			16:00
17:00																																																			17:00
18:00																																																			18:00
19:00																																																			19:00
20:00																																																			20:00

20:45 目盛りは15分単位です。

- 往復 … 往復コース（追越し不可）※6コースのみ追越し可
- 初心者 … 初心者コース（25M完泳を目指すコース。途中での立ち止まり可）
- 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）

**☆は団体貸切です。**

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