



	6日 (水)							13日 (水)							20日 (水)							27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	
7:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							換水作業のため休場							7:00
8:00																													7:00
9:00																													7:00
10:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							換水作業のため休場							8:00
11:00																													8:00
12:00																													8:00
13:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							換水作業のため休場							9:00
14:00																													9:00
15:00																													9:00
16:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							換水作業のため休場							10:00
17:00																													10:00
18:00																													10:00
19:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							換水作業のため休場							11:00
20:00																													11:00
20:45																													11:00

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
☆はのびのび水中運動教室です

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