



	5日 (金)							12日 (金)							19日 (金)							26日 (金)								
	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							フリーエリア							7:00	
8:00	右側		右側	ゆっくり	速く	歩行		速く		7:15 ☆ 9:15			歩行		右側		右側	ゆっくり	速く	歩行		右側		右側	ゆっくり	速く	歩行	8:00		
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	ゆっくり		速く	9:30 ☆ 11:30		9:30		右側		右側	速く	9:30	9:30		右側		右側	速く	9:30	9:30	☆	☆	ゆっくり		速く	9:30	9:30	☆	☆	10:00
11:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							11:00	
12:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							12:00	
13:00	速く		11:45				歩行	速く		11:45			歩行	速く		11:45				歩行	速く		11:45			歩行	13:00			
14:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							14:00	
15:00	速く		☆				子ども	速く		☆			子ども	速く		☆				子ども	速く		☆			子ども	15:00			
16:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							16:00	
17:00	速く		☆				16:30 ☆	速く		☆			16:30 ☆	速く		☆				16:30 ☆	速く		☆			16:30 ☆	17:00			
18:00	フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							フリーエリア							18:00	
19:00	速く		☆				18:30 フリー	速く		☆			18:30 フリー	速く		☆				18:30 フリー	速く		☆			18:30 フリー	19:00			
20:00	歩行	ゆっくり	速く	20:45		1.2M	フリー	歩行	ゆっくり	速く	20:45		1.2M	フリー	歩行	ゆっくり	速く	20:45		1.2M	フリー	歩行	ゆっくり	速く	20:45		1.2M	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)
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