7月22日～28日プールコース表

夏季につき20日よりコースが変更になります。

	7/22(月)	7/23(火)	7/24(水)	7/25(木)	7/26(金)	7/27(土)	7/28(日)
	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側	監視室側 1 2 3 4 5 杉本小側
9:30	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
10:00	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30	休憩10:20～10:30
10:30	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
11:00	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30	休憩11:20～11:30
11:30	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
12:00	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35	休憩12:20～12:35
12:30	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
13:00	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35	休憩13:25～13:35
13:30	フリー / 25M泳ぐ / 教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
14:00	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35	休憩14:25～14:35
14:30	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
15:00	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35	休憩15:25～15:35
15:30	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
16:00	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40	休憩16:25～16:40
16:30	フリー / 子供水泳教室	フリー / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 歩く	フリー / 25M泳ぐ / 歩く
17:00	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40	休憩17:30～17:40
17:30	フリー / 子供水泳教室	フリー / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 子供水泳教室	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ
18:00	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40	休憩18:30～18:40
18:30	フリー / 18:50 / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 18:50 / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 18:50 / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ
19:00	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40	休憩19:30～19:40
19:30	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ	フリー / 25M泳ぐ / 25M泳ぐ
20:00							
20:30							