7月29日～31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。

	7/29(月)					7/30(火)					7/31(水)																					
	監視室側				杉本小側					杉本小側					杉本小側					杉本小側					杉本小側					杉本小側				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
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																				
10:00																																			
	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																				
11:00																																			
	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																				
12:00																																			
	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																				
13:00					教室										教室																				
	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																				
14:00					歩く										歩く																				
	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																				
15:00																																			
	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	歩く	フリー			25M泳ぐ	歩く	フリー			25M泳ぐ	歩く																				
16:00																																			
16:30	休憩16:25～16:40					休憩16:25～16:40					休憩16:25～16:40																								
17:00	フリー			25M泳ぐ	歩く	フリー			25M泳ぐ	歩く	フリー			25M泳ぐ	歩く																				
17:30	休憩17:30～17:40					休憩17:30～17:40					休憩17:30～17:40																								
18:00	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																				
18:30	休憩18:30～18:40					休憩18:30～18:40					休憩18:30～18:40																								
19:00	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																				
19:30	休憩19:30～19:40					休憩19:30～19:40					休憩19:30～19:40																								
20:00	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																				
20:30																																			