

木場店 プール使用コース案内 (2026年8月1日～) ★マークの時間帯はキッズパーソナルレッスンが入る可能性があります
※TIPNESS木場店ホームページ「店舗からのお知らせ」からもご覧いただけます。

※当日のカリキュラム進行状況により当日変更になる場合がございます。* KIDSスクールの時間帯によってハーフコース（ウォーキングコース）も設けています。

月曜日																
09:00																
15																
30																
45																
10:00																
15	準備	初級	ロング	上級	初級	初級	ウォーキング									
30	ベビースイミング				上級											
45	10:30～11:15 2コース				初級											
11:00																
15	片付け				レッスン準備											
30	ウォーキング	初級	ロング	上級	アクアオリジナル 11:35～12:05 佐藤 宣子											
45					レッスン準備											
12:00					アクアダンス45 12:15～13:00 佐藤 宣子											
15																
30	ウォーキング	初級	ロング	上級	ウォーキング	初級	ウォーキング									
45																
13:00																
15	準備	ウォーキング	上級	ロング	初級	ウォーキング	初級★									
30	キッズスイマー 14:30～ 15:30 1コース				上級											
45	15:30 1コース				初級											
15:00																
15	準備	キッズスイマー 15:30～ 16:30 3コース	ロング	初級	初級	ウォーキング	初級★									
30	ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30 4コース				上級											
45	ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30 5コース				初級											
17:00																
15	ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30 4コース			ウォーキング	初級	ウォーキング	初級									
30																
45																
19:00	ウォーキング	初級	ロング	上級	アクア ダンス45 20:10～20:55 小堀 民子		ウォーキング									
15					レッスン準備											
30					上級スイム コース開放 21:15～ 22:15											
45	ウォーキング	初級	ロング	上級	上級		ウォーキング									
21:00					初級											
30					初級											
45																
22:00																
15																
30																
45																
23:00																

水曜日										
準備		初級	ロング	上級	初級	初級	ウォーキング			
ベビースイミング 10:30～11:15 2コース					準備			有料 4泳法 10:30～ 11:30 練習 勇樹		
片付け										
ウォーキング	初級	初級	ロング	レッスン準備		アクアオリジナル 11:40～12:10 阿部 浩美				
				レッスン準備		アクアダンス30 12:20～12:50 阿部 浩美				
				片付け						
	準備			ウォーキング	上級	ロング	初級	ウォーキング		
									準備	3ヶ月 14:20～ 14:40 練習 勇樹
									準備	有料 4泳法 14:25 ～ 15:25 練習 勇樹
準備		キッズスイマー 14:30 ～ 15:30 1コース								
準備		キッズスイマー 15:30～ 16:30 3コース								
		ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30 4コース								
		ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30 5コース								
ウォーキング	ジュニアスイマーⅢ 18:30～19:30 5コース		初級	ロング	上級	ロング	初級	ウォーキング	初級	
	初級									
	初級									
	初級									
	初級									
	初級									
		上級スイム コース開放 20:45～ 21:45		片付け		ウォーキング				
		上級		初級		ウォーキング				

木曜日										
幼稚園 スクール		ウォー キン グ	初 級	ロ	上	初	ウ			
10:00～ 11:00 2コース				レッスン準備						
片付け				アクアオリジナル 10:30～11:00 小堀 民子						
ウォー キン グ★	初 級★	初 級		レッスン準備						
				アクアダンス45 11:10～11:55 小堀 民子						
			片付け							
			準備					ウ オ ー キン グ		
			有料 4歳児 12:10～ 13:10 松川 敦雄							
			片付け							
			初 級							
			準備							
			有料 初・中級スイ ム60 14:10～ 15:10 岡崎 基							
			準備					ウ オ ー キン グ		
準備										
初 級										
準備				ロ ン グ	ロ ン グ	初 級				
キッズスイマー 15:30～ 16:30 3コース										
ジュニアスイマーⅠ 16:30～17:30 3コース										
ジュニアスイマーⅡ 17:30～18:30 5コース										
ウォー キン グ	初 級★	初 級	上 級	ロ ン グ	ロ ン グ	ウ オ ー キン グ				
						有料 スピード アップ60 20:10～ 21:10 麻生 剛弘				
						片付け				
						初 級	ウ オ ー キン グ			