マコトスイミングクラブ泉南　タイムテーブル（2022年6月～）

月

- 10:30より営業開始
- モーニング ウォーキング 10:30-11:00
- スイムレッスン（モーニング） 初中級・上級 11:10-11:50
- デイウォーキング 13:00-13:30
- 保育園指導 13:30～14:00
- フリーコース
- ちびっこ 水泳クラス 15:40-16:20
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 16:30-17:30
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 17:40-18:40
- 選手S4 17:40-18:40
- 選手クラス S1 18:40-20:40 S2・S3 18:40-20:10
- スイムレッスン（ナイト） 初中級・上級 20:10-20:50
- フリーコース
- ナイト ウォーキング 20:55-21:25
- 21:30営業終了

火

- 10:30より営業開始
- SPクロール・背泳ぎ 10:30-11:00
- モーニング ウォーキング 10:30-11:00
- スイムレッスン（モーニング） 初中級・上級 11:10-11:50
- フィンスイム 12:00-12:30
- デイウォーキング 13:00-13:30
- フリーコース
- ちびっこ水遊びクラス 14：45-15：15
- ちびっこ 水泳クラス 15:40-16:20
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 16:30-17:30
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 17:40-18:40
- 選手S4 17:40-18:40
- 選手クラス S1 18:40-20:40 S2・S3 18:40-20:10
- スイムレッスン（ナイト） 初中級・上級 20:10-20:50
- フィンスイム 20:55-21:25
- フリーコース
- 21:30営業終了

水

- 10:30より営業開始
- モーニング ウォーキング 10:30-11:00
- スイムレッスン（モーニング） 初中級・上級 11:10-11:50
- フィンスイム 12:00-12:30
- デイウォーキング 13:00-13:30
- デイスイム 初級・中級 13:40-14:20
- フリーコース
- ちびっこ水遊びクラス 14：45-15：15
- ちびっこ 水泳クラス 15:40-16:20
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 16:30-17:30
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 17:40-18:40
- 選手S4 17:40-18:40
- 選手クラス S1 18:40-20:40 S2・S3 18:40-20:10
- スイムレッスン（ナイト） 初中級・上級 20:10-20:50
- フリーコース
- マスターズ 20:50-21:30
- ナイト ウォーキング 20:55-21:25
- 21:30営業終了

木

- 15:40より営業開始※子供クラスのみ
- ちびっこ 水泳クラス 15:40-16:20
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 16:30-17:30
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 17:40-18:40

金

- 10:30より営業開始
- SP平泳ぎ・バタフライ 10:30-11:00
- モーニング ウォーキング 10:30-11:00
- スイムレッスン（モーニング） 初中級・上級 11:10-11:50
- マスターズ 12:00-12:50
- デイウォーキング 13:00-13:30
- デイスイム 初級・中級 13:40-14:20
- フリーコース
- ちびっこ水遊びクラス 14：45-15：15
- ちびっこ 水泳クラス 15:40-16:20
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 16:30-17:30
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 17:40-18:40
- 選手S4 17:40-18:40
- 選手クラス S1 18:40-20:40 S2・S3 18:40-20:10
- スイムレッスン（ナイト） 初中級・上級 20:10-20:50
- フリーコース
- ナイト ウォーキング 20:55-21:25
- 21:30営業終了

土

- ジュニアクラス・マスタークラス【MS1】 小年生にお勧め 9:00-10:00
- ジュニアクラス・マスタークラス【MS2】 小学生にお勧め 10:10-11:10
- 大人クラスは11:30より営業開始
- ちびっこ 水泳クラス 11:20-12:00
- ちびっこ 水泳
- ちびっこ水遊びクラス 12：15-12：45
- モーニング・デイ・ナイト ウォーキング 12:15-12:45
- ちびっこ 水泳クラス 13:00-13:40
- フリーコース
- ちびっこ 水泳
- ちびっこ 水泳クラス 13:50-14:30
- ちびっこ 水泳
- ジュニアクラス・マスタークラス① 小学2年生以下お勧め 14:40-15:40
- ジュニアクラス・マスタークラス② 小学3年生以上お勧め 15:50-16:50
- 選手S4 15:50-16:50
- 選手クラス S1 16:50-19:20 S2 16:50-18:50 S3 16:50-18:20
- スイムレッスン（ナイト） 初中級・上級 18:50-19:30
- 19:30営業終了

★入館時間はそれぞれ、月・火・水・金　10:15、土曜日は11:15となります。
★平日（月・火・水・金）10:30と20:10からの2回、プールにて準備体操を行います。
（土曜は12:15と18:50となっております。お間違えのないよう宜しくお願い致します。）
★レッスン受講人数により、コースが変更になる場合があります。ご了承下さい。
★退館時間はそれぞれ、月・火・水・金は21:45、土曜日は19:45となります。

【受付時間】平日10:30～20:15　木曜日15:15～18:45　土曜日9:00～19:00

【営業時間】平日10:30～21:30　木曜日15:40～18:40　土曜日9:00～19:30