

平日15時コース編成

水慣れ青	水慣れ赤	水慣れ黒	①
クロール・背泳ぎ②(14級～12級)			②
成人フリーレーン			③
成人フリーレーン			④
成人フリーレーン			⑤
平泳ぎ(11級～8級)			⑥
クロール・背泳ぎ①(17級～15級)	クロール導入(20級～18級)		⑦

平日16時、17時(土曜14時～17時)コース編成

水慣れ青	水慣れ赤	水慣れ黒	①
クロール・背泳ぎ②(14級～12級)			②
タイム(3級～上級)			③
タイム(3級～上級)			④
バタフライ(7級～4級)			⑤
平泳ぎ(11級～8級)			⑥
クロール・背泳ぎ①(17級～15級)	クロール導入(20級～18級)		⑦