

## 11月 予定表

令和 7 / 10 / 15

| 日                                     | 曜  | 閉館時間  | ランニングコース           | サブアリーナ              | メインアリーナ                                                      |                              | 他施設<br>休館日                                              |                 |
|---------------------------------------|----|-------|--------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------|
| 1                                     | 土  | 21:30 | 14時頃開放             | 9時～13時開放            | ひまわり保育園運動会                                                   | 下記イベント準備                     | (西総合プール<br>12/31まで)                                     |                 |
| 2                                     | 日  | 18:00 | ○                  | ×                   | 江南区”旬果旬菜”いきいきフェスタ                                            |                              |                                                         |                 |
| 3                                     | 月祝 | 18:00 | ×                  | ○                   | 中学生バドミントン講習会                                                 |                              |                                                         |                 |
| 4                                     | 火  | 休 館 日 |                    |                     |                                                              |                              |                                                         | 下山・西海岸<br>白根プール |
| 5                                     | 水  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バドミントン8面)                                      |                              | 北地区                                                     |                 |
| 6                                     | 木  | 21:30 | ○                  | 9時～15時開放            | 個人開放 15時～21時 (バド4面/卓球15台)                                    |                              | 鳥屋野プール                                                  |                 |
| 7                                     | 金  | 21:30 | ○                  | ○                   |                                                              |                              |                                                         |                 |
| 8                                     | 土  | 21:30 | 18時頃開放             | ×                   | 第69回大形オープンバドミントン大会                                           |                              |                                                         |                 |
| 9                                     | 日  | 18:00 | ×                  | ×                   | 同上                                                           |                              |                                                         |                 |
| 10                                    | 月  | 休 館 日 |                    |                     |                                                              |                              |                                                         | 下山・黒埼<br>西海岸    |
| 11                                    | 火  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バド4面/卓球15台)                                    |                              | 白根プール                                                   |                 |
| 12                                    | 水  | 21:30 | 17時頃開放             | 19時～21時開放           | 野菜杯 (バドミントン)                                                 | 個人開放 19時～21時<br>(バドミントン8面)   |                                                         |                 |
| 13                                    | 木  | 21:30 | ○                  | 9時～11時開放            | 下記大会準備                                                       |                              | 鳥屋野プール                                                  |                 |
| 14                                    | 金  | 21:30 | ×                  | ×                   | 第54回新潟県高等学校選抜バドミントン大会                                        |                              |                                                         |                 |
| 15                                    | 土  | 21:30 | ×                  | ×                   | 同上                                                           |                              |                                                         |                 |
| 16                                    | 日  | 18:00 | ×                  | ×                   | 同上                                                           |                              |                                                         |                 |
| 17                                    | 月  | 21:30 | ○                  | ○                   | フロアカーリング体験会                                                  |                              | 東総合・下山<br>白根・西海岸                                        |                 |
| 18                                    | 火  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バド4面/卓球15台)                                    |                              | 白根プール                                                   |                 |
| 19                                    | 水  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バドミントン8面)                                      |                              | 西総合                                                     |                 |
| 20                                    | 木  | 21:30 | ○                  | 9時～15時開放            | 個人開放 15時～21時 (バド4面/卓球15台)                                    |                              | 鳥屋野全館                                                   |                 |
| 21                                    | 金  | 21:30 | ○                  | ○                   |                                                              |                              |                                                         |                 |
| 22                                    | 土  | 21:30 | 18時頃開放             | ×                   | ハッピーカップバドミントン大会                                              |                              |                                                         |                 |
| 23                                    | 日祝 | 18:00 | ×                  | ×                   | 第41回一正蒲鉾杯争奪社会人バレーボール大会                                       |                              |                                                         |                 |
| 24                                    | 月祝 | 18:00 | ×                  | ×                   | 越後妻籠カップ2023<br>新潟県ママさんバレーボール選手権大会決勝大会                        |                              |                                                         |                 |
| 25                                    | 火  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バド4面/卓球15台)                                    |                              | 下山・西海岸<br>白根プール                                         |                 |
| 26                                    | 水  | 21:30 | ○                  | ○                   | 個人開放 19時～21時 (バドミントン8面)                                      |                              |                                                         |                 |
| 27                                    | 木  | 21:30 | 17時頃開放             | 9時～15時開放            | 運動会                                                          | 個人開放 19時～21時<br>(バド4面/卓球15台) | 鳥屋野プール                                                  |                 |
| 28                                    | 金  | 21:30 | ○                  | ○                   |                                                              |                              |                                                         |                 |
| 29                                    | 土  | 21:30 | 13時頃開放             | 9時～11時開放            | ピククルボール大会                                                    | 下記大会準備                       |                                                         |                 |
| 30                                    | 日  | 18:00 | ×                  | ×                   | 中学校NST旗争奪剣道大会                                                |                              |                                                         |                 |
|                                       |    |       | 偶数日:右回り<br>奇数日:左回り | バドミントン:3面<br>卓球 :8台 | サブアリーナ(木曜日のみ)<br>11時～15時のみ バド2面/卓球14台<br>※その他の時間帯は バド3面/卓球8台 |                              | 個人開放 時間帯 ※1コマ=2時間制<br>月～土曜日 … 9時～21時<br>日曜日・祝日 … 9時～17時 |                 |
| ○…利用可 ×…終日利用不可 ※大会・行事の際は変更となる場合がございます |    |       |                    |                     |                                                              |                              |                                                         |                 |

\*SNSで最新の情報を更新中\*

フォロー＆チェック  
よろしくお願いします！ホームページ  
(にいがたスポーツ情報ナビ)

Instagram

インスタグラム  
(@asupark\_kameda)

# 11月 予定表

令和 7 / 10 / 15

| 日  | 曜  | 閉館<br>時間 | 柔道場               | 剣道場           |
|----|----|----------|-------------------|---------------|
| 1  | 土  | 21:00    |                   |               |
| 2  | 日  | 18:00    | 江南区”旬果旬菜”いきいきフェスタ |               |
| 3  | 月祝 | 18:00    |                   |               |
| 4  | 火  |          | 休 館 日             |               |
| 5  | 水  | 21:00    |                   |               |
| 6  | 木  | 21:00    |                   |               |
| 7  | 金  | 21:00    |                   |               |
| 8  | 土  | 21:00    | 柔道講習会             |               |
| 9  | 日  | 18:00    | 全日本実践剛柔流空手道大会     |               |
| 10 | 月  |          | 休 館 日             |               |
| 11 | 火  | 21:00    |                   |               |
| 12 | 水  | 21:00    |                   |               |
| 13 | 木  | 21:00    |                   |               |
| 14 | 金  | 21:00    |                   |               |
| 15 | 土  | 21:00    | 柔道講習会             |               |
| 16 | 日  | 18:00    | 総合格闘技アマチュア修斗大会    |               |
| 17 | 月  | 21:00    |                   |               |
| 18 | 火  | 21:00    |                   |               |
| 19 | 水  | 21:00    |                   |               |
| 20 | 木  | 21:00    |                   |               |
| 21 | 金  | 21:00    |                   |               |
| 22 | 土  | 21:00    |                   |               |
| 23 | 日祝 | 18:00    | 夢源会総合空手定期大会       | 空手技術講習会・昇段審査会 |
| 24 | 月祝 | 18:00    |                   |               |
| 25 | 火  | 21:00    |                   |               |
| 26 | 水  | 21:00    |                   |               |
| 27 | 木  | 21:00    |                   |               |
| 28 | 金  | 21:00    |                   |               |
| 29 | 土  | 21:00    |                   | 剣道審判員講習会      |
| 30 | 日  | 18:00    |                   | 同上            |

\*休館日:第1・2・5月曜日(祝日と重なった場合は翌日になります)

\*大会・行事等の予定日は駐車場が混雑する場合がございます

\*正面駐車場が混雑している場合は国道49号線側の大型駐車場をご利用ください

\*都合により予定を変更した際はホームページやSNS等で随時お知らせいたします

\*情報はホームページおよび館内掲示をご覧頂くか各施設にお問い合わせください

亀田総合体育館  
TEL:025-381-1222

亀田総合体育館 屋内プール開放状況 11月

| 2025年11月 |           |    | 10:00 | 11:00     | 12:00  | 13:00  | 14:00 | 15:00   | 16:00  | 17:00 | 18:00 | 19:00 | 20:00 | 21:00  |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----------|-----------|----|-------|-----------|--------|--------|-------|---------|--------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|--|--|--|--|--|--------|--|--|-------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 月        | 日         | 曜日 | コース   |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 1         | 土  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       | スイムコース |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  | 練習コース |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1        | ウォーキングコース |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2        | スイムコース    |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3        | 練習コース     |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4        | 自由コース     |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5        |           |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6        |           |    |       |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 2         | 日  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | 練習コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 3         | 祝月 | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | 練習コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 4         | 火  | 1     | 休 館 日     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 5         | 水  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       | 練習コース  |       |  |  |  |  |  | スイムコース |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳  |        |       |         |        |       |       | 練習コース |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 6         | 木  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       | 練習コース |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳  | 練習コース  |       |         |        | ナイト水泳 |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 7         | 金  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳① | 午後の水泳② | 練習コース |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 8         | 土  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | 練習コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 9         | 日  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | 練習コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 10        | 月  | 1     | 休 館 日     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 11        | 火  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳  |        |       | 上おしえて水泳 |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 12        | 水  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳  | 練習コース  |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 13        | 木  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       | 練習コース |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | おしえて水泳 | 午後の水泳  | 練習コース |         |        |       | ナイト水泳 |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 14        | 金  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | スイムコース    | 練習コース  |        |       |         | スイムコース |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 練習コース     | 午後の水泳① | 午後の水泳② | 練習コース |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11       | 15        | 土  | 1     | ウォーキングコース |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 2     | スイムコース    |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 3     | 練習コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 4     | 自由コース     |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 5     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|          |           |    | 6     |           |        |        |       |         |        |       |       |       |       |        |       |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 月        | 日         | 曜日 | コース   | 10:00     | 11:00  | 12:00  | 13:00 | 14:00   | 15:00  | 16:00 | 17:00 | 18:00 | 19:00 | 20:00  | 21:00 |  |  |  |  |  |        |  |  |       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

1コース=スロープ側  
6コース=監視台側

※作成時でのコース割となっております。急きょ変更になる場合もありますので、ご了承ください。