

マルエ週間予定（2026年1月1日～改定）

マルエ週間予定（2026年1月1日～改定）								マルエ進級クラス				
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	あか	水なれ			
9:00							休み	きいろ	伏し浮き			
9:30								1級	けのび			
10:00						10：00～12：00		2級	バタ足			
10:30						選手クラス		3級	面クロール			
11:00						10：30～12：30		4級	15mクロール			
11:30						ナイト会員		5級	25mクロール			
12:00								6級	25m背泳ぎ			
12:30								7級	25mバタフライ			
13:00	13：00～14：00		13：10～14：15					8級	25m平泳ぎ			
13:30	ベビー（6ヶ月～3歳）		レディース			13：30～14：30		9級	50mクロール			
14:00						あか～3級（3歳～）		10級	50mクロール			
14:30			14：30～15：30			14：30～15：30			50m背泳ぎ			
15:00	15：00～16：00		15：00～16：00			幼児（3歳～年長）		15：00～16：00	1級～8級（年長～）	10級合格 ブロンズ賞		
15:30	幼児（3歳～年長）		幼児（3歳～年長）			15：30～16：30		15：30～16：30	幼児（3歳～年長）	15：30～16：30	11級	50mクロール
16:00	16：00～17：00		16：00～17：00			あか～8級（3歳～）		あか～8級（3歳～）	16：00～17：00	9級～15級（小学生～）		100mメドレー
16:30	1級～15級（年長～）		1級～15級（年長～）			16：30～17：30		16：30～17：30	1級～15級（年長～）	16：30～18：00	12級	50mクロール
17:00	17：00～18：00	17：00～18：00	1級～15級（年長～）	1級～15級（年長～）	17：00～18：00	100mメドレー						
17:30	9級～15級（小学生～）	1級～15級（小学生～）	17：30～20：00	17：30～20：00	1級～15級（小学生～）	選手・ナイト会員		12級合格 シルバー賞				
18:00		18：00～20：30	選手クラス	選手クラス	18：00～20：00			13級	50mクロール			
18:30		選手クラス	17：30～21：00	17：30～21：00	選手クラス				100mメドレー			
19:00		18：00～21：00	ナイト会員	ナイト会員	18：00～21：00			14級	50mクロール			
19:30		ナイト会員	腰痛体操	腰痛体操	ナイト会員				100mメドレー			
20:00					腰痛体操			腰痛体操	14級合 ゴールド賞			
20:30									15級	50mクロール		
21:00										100mメドレー		