

温水期休憩時間

① 11 時 20 分～11 時 30 分

② 13 時 20 分～13 時 30 分

③ 15 時 20 分～15 時 30 分

④ 17 時 50 分～18 時 00 分

⑤ 19 時 20 分～19 時 30 分
