

2021年10月 成人コース レッスンスケジュール

曜日	月	火	水	木	金	土	日			
モーニング	9:00~10:30		9:00~10:30	9:00~10:30		12:00~14:20				
利用時間	9:00~14:00	11:30~14:00	9:00~14:00	9:00~14:00	11:30~14:00	12:00~14:20/16:50~19:00	12:00~16:30			
	 <p>10月より夜のレッスンコースが廃止となり、フリーコースのみの営業となります。 土曜日 17:40~のレッスンコースは従来通り行います。</p>				1	2	3			
10:30									12:40~	
11:20										
12:00									12:20	15:00~15:50
13:00									13:20	15:00~15:50
					17:40					
	4	5	6	7	8	9	10			
10:30	基礎		基礎							
11:20	アクアエクササイズ		アクアエクササイズ		アクアエクササイズ		12:40~			
12:00	初級 バタフライ	中級 背泳ぎ	初級 背泳ぎ	上級 平泳ぎ	初級 平泳ぎ	中級 クロール	初級 クロール	15:00~15:50		
13:00	中級 平泳ぎ	上級 クロール	中級 クロール	トレーニング	初級 バタフライ	上級 背泳ぎ	中級 バタフライ	15:00~15:50		
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				
						13:20				
						17:40				
						12:20				