

2023年4月 成人コース レッスンスケジュール

※4月分レッスン ご予約は3/25(土) 9:00～となります。

曜日	月	火	水	木	金		土	日
利用時間	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00		12:00-14:20	12:30-14:30
	 成人会員の皆様  2023年4月より成人コースの利用方法が変わります。 詳細は案内の手紙をご覧ください。						1	2
12:00								12:40～13:30
13:00						12:20	中級【中西】 背泳ぎ	
14:00						13:20	初級【熊倉】 平泳ぎ	初,中級【上沼】 バタフライ 上級【鈴木】 背泳ぎ
	3	4	5	6	7		8	9
12:00	初級【猪爪】 バタフライ	中級【西沢】 クロール	中級【猪爪】 背泳ぎ	上級【中西】 バタフライ	上級【立澤】 平泳ぎ			12:40～13:30
13:00	中級【沼田】 背泳ぎ	初級【佐藤】 バタフライ	上級【上沼】 平泳ぎ	中級【中崎】 背泳ぎ	初級【沼田】 クロール	12:20	中級【中西】 平泳ぎ	
14:00	上級【水野】 平泳ぎ	アクア&スイム 【中崎】	初級【小笠原】 クロール	アクア&スイム 【西沢】	中級【水野】 バタフライ	13:20	初級【熊倉】 クロール	初,中級【上沼】 背泳ぎ 上級【鈴木】 平泳ぎ
	10	11	12	13	14		15	16
12:00	初級【猪爪】 背泳ぎ	中級【西沢】 バタフライ	中級【猪爪】 平泳ぎ	上級【中西】 背泳ぎ	上級【立澤】 クロール			12:40～13:30
13:00	中級【沼田】 平泳ぎ	初級【佐藤】 背泳ぎ	上級【上沼】 クロール	中級【中崎】 平泳ぎ	初級【沼田】 バタフライ	12:20	中級【中西】 クロール	
14:00	上級【水野】 クロール	アクア&スイム 【中崎】	初級【小笠原】 バタフライ	アクア&スイム 【西沢】	中級【水野】 背泳ぎ	13:20	初級【熊倉】 バタフライ	初,中級【上沼】 平泳ぎ 上級【鈴木】 クロール
	17	18	19	20	21		22	23
12:00	初級【猪爪】 平泳ぎ	中級【西沢】 背泳ぎ	中級【猪爪】 クロール	上級【中西】 平泳ぎ	上級【立澤】 バタフライ			12:40～13:30
13:00	中級【沼田】 クロール	初級【佐藤】 平泳ぎ	上級【上沼】 バタフライ	中級【中崎】 クロール	初級【沼田】 背泳ぎ	12:20	中級【中西】 バタフライ	
14:00	上級【水野】 バタフライ	アクア&スイム 【中崎】	初級【小笠原】 背泳ぎ	アクア&スイム 【西沢】	中級【水野】 平泳ぎ	13:20	初級【熊倉】 背泳ぎ	初,中級【上沼】 クロール 上級【鈴木】 バタフライ
	24	25	26	27	28		29	30
12:00	初級【猪爪】 クロール	中級【西沢】 平泳ぎ	中級【猪爪】 バタフライ	上級【中西】 クロール	上級【立澤】 背泳ぎ		休館日	
13:00	中級【沼田】 バタフライ	初級【佐藤】 クロール	上級【上沼】 背泳ぎ	中級【中崎】 バタフライ	初級【沼田】 平泳ぎ	12:20		
14:00	上級【水野】 背泳ぎ	アクア&スイム 【中崎】	初級【小笠原】 平泳ぎ	アクア&スイム 【西沢】	中級【水野】 クロール	13:20		