

# 2025年7月 成人コース レッスンスケジュール

※7月分レッスン ご予約は6/28(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		
	1	2	3	4	5	6			
12:00			<h2>休館日</h2> 		上級【立澤】 平泳ぎ				
13:00					初級【西尾】 背泳ぎ	12:20	中級【根本】 平泳ぎ	12:40~13:30	
14:00					中級【上沼】 クロール	13:20	初級【熊倉】 バタフライ	初,中級【福島】 背泳ぎ	上級【鈴木】 平泳ぎ
	7	8	9	10	11	12	13		
12:00	初級【猪爪】 背泳ぎ	中級【西尾】 背泳ぎ	中級【西尾・福島】 クロール	上級【小林】 背泳ぎ	上級【立澤】 クロール				
13:00	中級【根本】 平泳ぎ	初級【水野】 クロール	上級【根本】 バタフライ	中級【水野・福島】 バタフライ	初級【西尾】 平泳ぎ	12:20	中級【根本】 クロール		
14:00	上級【上沼】 バタフライ	アクア&スイム 【根本・福島】	初級【小笠原】 バタフライ	アクア&スイム 【西尾】	中級【上沼】 バタフライ	13:20	初級【熊倉】 背泳ぎ	初,中級【福島】 平泳ぎ	上級【鈴木】 クロール
	14	15	16	17	18	19	20		
12:00	初級【猪爪】 平泳ぎ	中級【西尾】 平泳ぎ	中級【西尾・福島】 バタフライ	上級【小林】 平泳ぎ	上級【立澤】 バタフライ				
13:00	中級【根本】 クロール	初級【水野】 バタフライ	上級【根本】 背泳ぎ	中級【水野・福島】 背泳ぎ	初級【西尾】 クロール	12:20	中級【根本】 バタフライ	12:40~13:30	
14:00	上級【上沼】 背泳ぎ	アクア&スイム 【根本・福島】	初級【小笠原】 背泳ぎ	アクア&スイム 【西尾】	中級【上沼】 背泳ぎ	13:20	初級【熊倉】 平泳ぎ	初,中級【福島】 クロール	上級【鈴木】 バタフライ
	21	22	23	24	25	26	27		
12:00	<h2>祝日休館日</h2>	中級【西尾】 クロール	中級【西尾・福島】 背泳ぎ	上級【小林】 クロール	上級【立澤】 背泳ぎ				
13:00		初級【水野】 背泳ぎ	上級【根本】 平泳ぎ	中級【水野・福島】 平泳ぎ	初級【西尾】 バタフライ	12:20	中級【根本】 背泳ぎ	12:40~13:30	
14:00		アクア&スイム 【根本・福島】	初級【小笠原】 平泳ぎ	アクア&スイム 【西尾】	中級【上沼】 平泳ぎ	13:20	初級【熊倉】 クロール	初,中級【福島】 バタフライ	上級【鈴木】 背泳ぎ
	28	29	30	31					
12:00	初級【猪爪】 バタフライ	中級【西尾】 バタフライ	中級【西尾・福島】 平泳ぎ	上級【小林】 バタフライ					
13:00	中級【根本】 背泳ぎ	初級【水野】 平泳ぎ	上級【根本】 クロール	中級【水野・福島】 クロール					
14:00	上級【上沼】 クロール	アクア&スイム 【根本・福島】	初級【小笠原】 クロール	アクア&スイム 【西尾】					

### 【キャンセルについて】

レッスンのキャンセルは、予約した日の23時59分までとなります。  
 ご都合のつかない場合は、レッスン前までにキャンセルして頂けると  
 他の方がご利用できますので、アプリにてキャンセルをお願い致します。  
 皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

