



2026年1月 成人コース レッスンスケジュール

1月分レッスン ご予約は12/22(月) 9:00~となります。



曜日	月	火	水	木	金
利用時間	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00	11:40-15:00
	5	6	7	8	9
12:00		中級【正田】 バタフライ	中級【上沼】 背泳ぎ	上級【鈴木】 バタフライ	上級【立澤】 背泳ぎ
13:00		初級【水野】 平泳ぎ	上級【西尾】 クロール	中級【鈴木】 平泳ぎ	初級【熊倉】 バタフライ
14:00		アクア&スイム 【福島】	初級【小笠原】 クロール	アクア&スイム 【西尾】	中級【水野】 クロール
	12	13	14	15	16
12:00	休館日	中級【正田】 背泳ぎ	中級【上沼】 平泳ぎ	上級【鈴木】 背泳ぎ	上級【立澤】 平泳ぎ
13:00		初級【水野】 クロール	上級【西尾】 バタフライ	中級【鈴木】 クロール	初級【熊倉】 背泳ぎ
14:00		アクア&スイム 【福島】	初級【小笠原】 バタフライ	アクア&スイム 【西尾】	中級【水野】 バタフライ
	19	20	21	22	23
12:00	初級【猪爪】 クロール	中級【正田】 平泳ぎ	中級【上沼】 クロール	上級【鈴木】 平泳ぎ	上級【立澤】 クロール
13:00	中級【福島】 背泳ぎ	初級【水野】 バタフライ	上級【西尾】 背泳ぎ	中級【鈴木】 バタフライ	初級【熊倉】 平泳ぎ
14:00	上級【水野】 バタフライ	アクア&スイム 【福島】	初級【小笠原】 背泳ぎ	アクア&スイム 【西尾】	中級【水野】 背泳ぎ
	26	27	28	29	30
12:00	初級【猪爪】 バタフライ	中級【正田】 クロール	中級【上沼】 バタフライ	上級【鈴木】 クロール	上級【立澤】 バタフライ
13:00	中級【福島】 平泳ぎ	初級【水野】 背泳ぎ	上級【西尾】 平泳ぎ	中級【鈴木】 背泳ぎ	初級【熊倉】 クロール
14:00	上級【水野】 背泳ぎ	アクア&スイム 【福島】	初級【小笠原】 平泳ぎ	アクア&スイム 【西尾】	中級【水野】 平泳ぎ

【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。

