

スイミングレッスン 7月スケジュール

月	火	水	木	金	土
初級（1F） 10:15～10:45 山田		初級（1F） 10:15～10:45 清水		初級（1F） 10:15～10:45 山田	
ストレッチ（2F） 13:35～13:55 後藤		ストレッチ（2F） 13:35～13:55 清水		ストレッチ（2F） 13:35～13:55 村上	
1/2週目（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 伊藤	1/2週目（2F） 14:00～14:45 バタフライ 清水	1/2週目（2F） 14:00～14:45 クロール 清水	1/2週目（2F） 14:00～14:45 背泳ぎ 村上	1/2週目（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 山田	1/2週目（2F） 13:00～13:45 バタフライ 伊藤
3/4週目（2F） 14:00～14:45 クロール 伊藤	3/4週目（2F） 14:00～14:45 背泳ぎ 清水	3/4週目（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 清水	3/4週目（2F） 14:00～14:45 バタフライ 村上	3/4週目（2F） 14:00～14:45 クロール 山田	3/4週目（2F） 13:00～13:45 背泳ぎ 伊藤
	飛び込みレッスン（1F） 15:00～15:15 山田				マスターズスイマー（1F） 16:30～17:15 吉岡
初級～上級（2F） 20:00～20:45 清水	上級マスターズ（2F） 20:00～20:45 吉岡	初級～上級（2F） 20:00～20:45 後藤		初級～中級（2F） 20:00～20:45 吉岡	飛び込みレッスン（1F） 17:15～17:30 吉岡

*全てのレッスンに会員様/1DAYでご利用の方、どなたでもご参加いただけます。

*緑色のレッスンは各グループごとにコース分けをしてレッスンを致します。

スイミングレッスン 8月スケジュール（10日～16日休館日）

月	火	水	木	金	土
初級（1F） 10:15～10:45 山田		初級（1F） 10:15～10:45 清水		初級（1F） 10:15～10:45 山田	
ストレッチ（2F） 13:35～13:55 後藤		ストレッチ（2F） 13:35～13:55 清水		ストレッチ（2F） 13:35～13:55 村上	
3・17日（2F） 14:00～14:45 バタフライ 伊藤	4日（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 清水	5日（2F） 14:00～14:45 背泳ぎ 清水	6日（2F） 14:00～14:45 クロール 村上	7日（2F） 14:00～14:45 バタフライ 山田	1・8日（2F） 13:00～13:45 背泳ぎ 伊藤
24・31日（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 伊藤	18・25日（2F） 14:00～14:45 クロール 清水	19・26日（2F） 14:00～14:45 バタフライ 清水	20・27日（2F） 14:00～14:45 背泳ぎ 村上	21・28日（2F） 14:00～14:45 平泳ぎ 山田	22・29日（2F） 13:00～13:45 クロール 伊藤
	マスタースイマー（1F） 15:00～15:15 山田				マスタースイマー（1F） 16:30～17:15 吉岡
初級～上級（2F） 20:00～20:45 清水	上級/マスタース（2F） 20:00～20:45 吉岡	初級～上級（2F） 20:00～20:45 後藤		初級～中級（2F） 20:00～20:45 吉岡	飛び込みレッスン（1F） 17:15～17:30 吉岡

*全てのレッスンに会員様/1DAYでご利用の方、どなたでもご参加いただけます。

*緑色のレッスンは各グループごとにコース分けをしてレッスンを致します。