


2017.7月～

レッスンスケジュール

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	時間		
9:00								9:00		
30	📌 9:30～10:00 初級クロール(門田)			📌 9:30～10:00 水中ウォーキング(秋月)				30		
10:00			📌 10:00～10:30 アクアビクス(澤近)		📌 10:00～10:30 はじめてバタフライ(筒井)			10:00		
30								30		
11:00	ベビー ※1～4コースのみ使用します		📌 10:45～11:15 中級クロール(山崎)	ベビー ※1～4コースのみ使用します	📌 10:45～11:15 水中パレー(筒井)	ベビー ※1～4コースのみ使用します		11:00		
30	J ※1. 2コースのみ使用します		📌 11:30～12:00 はじめて背泳ぎ(山崎)	J ※1. 2コースのみ使用します	📌 11:30～12:00 アクアビクス(川村)			30		
12:00						📌 11:40～12:10 アクアビクス(澤近)	子どもスイミング 9:30～14:00 ※12:45～14:00 1～4コースのみ使用します。	12:00		
30	📌 12:15～12:45 アクアビクス(生田)	休 館 日	📌 12:15～12:45 初級クロール(秋月)	📌 12:15～12:45 アクアビクス(宮尾)	📌 12:15～13:00 マスターズスイム※スタート(筒井)	📌 12:20～12:50 初級クロール(澤近)		30		
13:00									13:00	
30	📌 13:10～13:40 水中ウォーキング(門田)			📌 13:15～14:00 マスターズスイム※スタート(日野)	📌 13:10～13:40 初級クロール(筒井)	📌 13:15～13:45 中級バタフライ(筒井)			30	
14:00	📌 13:50～14:20 初級バタフライ(門田)				📌 13:50～14:20 インターバルスイム(筒井)	📌 13:55～14:15 はじめてプール(秋月)			14:00	
30	📌 14:30～15:00 ワンポイントスイム(筒井) ※平泳ぎ			📌 14:15～14:45 アクアビクス(小中)		📌 14:30～15:00 アクアビクス(永峰)			30	
15:00										15:00
30									📌 14:15～14:45 アクアビクス(宮尾)	30
16:00									📌 15:00～15:30 マスターズスイム(日野)	15:00
30									📌 15:40～16:10 初級背泳ぎ(筒井) 中級背泳ぎ(日野)	30
17:00	子どもスイミング 15:00～19:30 ※18:30～19:30 1～4コースのみ使用します			子どもスイミング 15:00～19:30 ※18:30～19:30 1～4コースのみ使用します	子どもスイミング 15:00～19:30 ※18:30～19:30 1～4コースのみ使用します	子どもスイミング 15:00～19:30 ※18:30～19:30 1～4コースのみ使用します	子どもスイミング 13:00～19:30 ※18:30～19:30 1～3コースのみ使用します		17:00	
30								30		
18:00								18:00		
30								30		
19:00								19:00		
30								30		
20:00	📌 20:00～20:30 初級背泳ぎ(筒井)		📌 20:00～20:30 アクアビクス(秋月)		📌 20:00～20:30 アクアビクス(澤近)	📌 20:00～20:30 初級クロール(筒井)	第2プールは 常時 ご利用できます	20:00		
30								30		
21:00	📌 20:45～21:15 アクアビクス(生田)		📌 20:40～21:10 はじめてプール(門田)	📌 20:40～21:10 アクアビクス(澤近)	📌 20:40～21:10 はじめてクロール(日野)	📌 20:45～21:15 ワンポイントスイム(筒井)		21:00		
30								30		
22:00	📌 21:30～22:00 中級クロール(筒井)		📌 21:20～21:50 初級クロール(日野)	📌 21:20～21:50 はじめて背泳ぎ(門田)	📌 21:20～22:10 マスターズスイム※スタート(日野)			22:00		
30				📌 22:00～22:30 初級平泳ぎ(山崎)				30		
23:00							 ザ・ココナツウェルネスクラブ 朝生田	23:00		