

2018年

8月~10月プールレッスンスケジュール

時間	火		水		木		金		土		日					
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	4	5	
10:00																
	アクアピクス 木村		スイミングスクール (ベビー)		アクアピクス 田中		スイミングスクール (メダカ)		スイミングスクール (ベビー)		家族遊泳コース					
		10		45		10		45		45						
		40		55		40		55		55	※12時50分より、4・5コースはスイミングスクールで使用致しますので、自由遊泳は1・2・3レーンをご利用ください。また、自由遊泳は1時45分までとなります。					
11:00	おはようウォーク 吉田		おはようウォーク 吉田		燃えよ脂肪 山田		アクアピクス 小林		おはようウォーク 片庭							
		15		15		10		25		15						
		25		25		50		45		25	練習会(上級)					
	ソフトソフトマスターズ 吉田		みんなで背泳ぎ 吉田		みんなで平泳ぎ 山田		みんなでバタフライ 片庭		みんなでクロール 山田							
12:00		5		5		0		15		5						
	みんなでクロール 吉田		みんなでバタフライ 土屋		みんなで背泳ぎ 山田		頑張りますターズ 片庭		ソフトマスターズ 吉田							
		15		35		30		30		35	練習会(中級)					
		45		45		40		10		50						
1:00	元気に水中ウォーク 國吉		マスターズ 若井		元気に水中ウォーク 若井		リズムウォーク 棚橋		※12時50分より、4・5コースはスイミングスクールで使用致しますので、自由遊泳は1・2・3レーンをご利用ください。また、自由遊泳は1時45分までとなります。							
		0		30		20		0		45						
2:00		40		0		0		0		45	練習会(中級)					
										2:00						
3:00	スイミングスクール		スイミングスクール		スイミングスクール		スイミングスクール		スイミングスクール							
		15		15		15		15		15						
6:30	初心者										練習会(中級)					
8:00	初級															
	中級															
	中上級															
9:00	ソフトマスターズ 美帆		アクアピクス 棚橋		ソフトソフトマスターズ スプリント 片庭		みんなでクロ背 吉田		ソフトソフトマスターズ 美帆							
		0		10		15		0		40						
		40		40		45		30		10	練習会(中級)					
				50		55		40		20						
10:00	上級		長距離マスターズ 片庭		スタート 片庭		マスターズ 吉田		スーパーマスターズ 美帆							
				50		15		20		20						
10:50				30		15		20		20						