

# 千里スイミングクラブ 2月 アクアプログラム

(2/4 ~ 3/3)

	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22		
月	水中健康教室 9:05~9:50 富田	エンジョイスイム 背泳ぎ 10:00~10:50 富田 ベビーコース	保育園指導 マスターズスイム 11:00~11:50 富田	のんびりスイム バタフライ 12:20~13:05 古山	ヘルシーコース 13:10~14:00 古山	<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>☆祝日営業のお知らせ☆</b></p> <p>2月12日(月) 振替休日の為 プール・ジムのご利用は 14:15までとなります。 また、水中健康教室は 休講となります。 予めご了承ください。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p><b>お知らせ</b></p> <p>2月12日(月) 9:00~9:50まで、 子どもを対象にした 競技大会練習を行いますので、 1コースを制限させていただきます。 ご理解と、ご協力の程 宜しくお願いします。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px;"> <p><b>3月のお知らせ</b></p> <p>3月21日(水祝) 短期教室開催の為 終日成人会員様の ご利用はできません。 (フリー開放も行いません) この日の振替は、 4月29日(日)に行います。 受付 9:50 利用時間 10:00~14:00 閉館 14:30 ※お楽しみレッスンも予定 ご理解の程、宜しくお願い致します。</p> </div>							
火	水中健康教室 9:05~9:50 古山	やさしいトレーニング 10:00~10:50 古山	トレーニング 11:00~11:50 浅原	はじめてスイム (基本編) 12:20~13:05 薦田	レインボーコース 13:10~14:00 薦田							選手コース(ジュニア)	トレーニング & やさしいトレーニング 20:30~21:20 大倉
水	保育園指導		エンジョイスイム 平泳ぎ 11:00~11:50 前田	のんびりスイム 平泳ぎ 12:20~13:05 薦田	選手コース(ジュニア)								
木	水中健康教室 9:05~9:50 前田	ベビーコース	エンジョイスイム クロール 11:00~11:50 前田	はじめてスイム クロール 12:20~13:05 古山	ヘルシーコース 13:10~14:00 前田							選手コース(ジュニア)	トレーニング & やさしいトレーニング 20:30~21:20 大倉
金	水中健康教室 9:05~9:50 大倉	やさしいトレーニング 10:00~10:50 大倉	トレーニング 11:00~11:50 大倉	ストレッチ & ウォーキング 12:30~13:00 浅原	レインボーコース 13:10~14:00 浅原							選手コース(ジュニア)	
土	土曜日 子供クラス		土曜日 子供クラス 古山	マスターズスイム 12:00~12:50	エンジョイスイム バタフライ 12:55~13:35 富田							4泳法マスター (基本・応用) 19:30~20:15 伊藤	
日	日曜日 子供クラス		日曜日 子供クラス	トレーニング & やさしいトレーニング 12:00~12:50 八上	のんびり・らくらくスイム 背泳ぎ 12:55~13:40 嶋本	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p><b>《レッスンプログラムの見方》</b></p> <p>← 開始時間と終了時間 アキアエクササイズ 12:00~12:30 ← 担当コーチ名 大倉</p> </div>							

プール利用時間	午前の部	午後の部
月~金	9:00~14:15	19:00~21:30
土	11:45~14:15	19:00~21:30
日	9:00~17:00	
祝日	9:00~14:15	

2Fトレーニングルーム 1Fサウナ・ジャグジー利用時間	
月~土	9:00~15:20
日	18:00~21:30
日	9:00~17:00
祝日	9:00~15:00

- \* 都合により一部プログラムを変更する場合があります。
- \* 月~土の14:15~19:00はジュニアクラスレッスンの為プールの利用はできません。
- \* 19:00~20:30迄選手クラスレッスンの為一部コースが利用できません。
- \* 平日の月~土は22:00日曜・祝日は17:30で閉館いたします。
- \* 予告なく担当コーチが変更になる場合があります。予めご了承ください。

千里スイミングクラブ  
06-6831-4122