

千里スイミングクラブ 3月 アクアプログラム

(3/4 ~ 3/31)

	9	30	10	30	11	30	12	30	13	30	14	30	~	18	30	19	30	20	30	21	30	22			
月	水中健康教室 9:05~9:50 富田		エンジョイスイム バタフライ 10:00~10:50 富田		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 クロール 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: 5px;"> <p>重要なお知らせ①</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> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>重要なお知らせ②</p> <p>3月26日(月)~4月6日(金)まで 春休み短期教室を開催します。 それに伴い、開催期間中の 時間割が、変則となります。 ご理解とご協力をお願いします。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin-top: 5px;"> <p>第74回 STGマスターズ 6月10日(日)開催 会場:東和薬品RACTABドーム エントリー受付中! 4月1日(日)期限 ※2018年度マスターズ登録も 同時に行ってください。</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 背泳ぎ 11:00~11:50 前田		のんびりスイム 背泳ぎ 12:20~13:05 薦田		マスターズスイム 11:00~11:50 森川															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	
木	水中健康教室 9:05~9:50 森川		エンジョイスイム 平泳ぎ 11:00~11:50 森川		はじめてスイム 平泳ぎ 12:20~13:05 古山		ヘルシーコース 13:10~14:00 前田		ベビーコース													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)		4泳法マスター (基本・応用) 19:30~20:15 伊藤	
土	土曜日 子供クラス		土曜日 子供クラス		マスターズスイム 12:00~12:50 古山		エンジョイスイム クロール 12:55~13:35 富田																		
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 バタフライ 12:55~13:40 嶋本						《レッスンプログラムの見方》 開始時間と終了時間 アクアエクササイズ 12:00~12:30 大倉 担当コーチ名												

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
	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