

千里スイミングクラブ 4月 アクアプログラム

(4/1 ~ 5/5)

	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 クロール 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 平泳ぎ 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</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;"> <p>振替営業のお知らせ</p> <p>4月29日(日)は 3月21日(水祝)の振替日として、 10:00~14:00で 営業を行います。 尚、この日は、特別レッスンとして 『優しいアクアピクス』 10:30~11:00で行います。 (自由出席制) 是非、ご参加ください。 また、マスターズスイムのレッスンを 11:10~12:00で行います。</p> </div>		選手コース(ジュニア)	
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 バタフライ 11:00~11:50 前田	のんびりスイム バタフライ 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)				
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 背泳ぎ 11:00~11:50 前田	はじめてスイム 背泳ぎ 12:20~13:05 富田	ヘルシーコース 13:10~14:00 前田	マスターズスイム 11:00~11:50 古山	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 富田			
金	水中健康教室 9:05~9:50 富田	やさしいトレーニング 10:00~10:50 富田	トレーニング 11:00~11:50 富田	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 平泳ぎ 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 クロール 12:55~13:40 嶋本			<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> <p>《レッスンプログラムの見方》</p> <p>← 開始時間と終了時間 ← 担当コーチ名</p> <p>アクアエクササイズ 12:00~12:30 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
	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