

千里スイミングクラブ 5月 アクアプログラム

(5/6 ~ 6/2)

	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 平泳ぎ編 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 背泳ぎ編 12:20~13:05 古山		ヘルシーコース 13:10~14:00 古山		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>★休館日のお知らせ★</p> <p>4月30日(月)~5月5日(土)まで 施設点検の為、休館日とさせていただきます。 ご迷惑をお掛けいたしますが ご理解とご協力の程、宜しくお願いいたします。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>お知らせ</p> <p>5月8日(火)~7月3日(火)まで 毎週 火・金曜日 10:30~11:30まで 幼稚園指導を行います。 これに伴い、やさしいトレーニングと トレーニングを合同で行います。 トレーニング&やさしいトレーニングを 11:30~12:20で実施します。</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>STGマスターズ 飛込み練習会</p> <p>月・木・土曜日の 各マスターズクラスにおいて 飛込み練習会を行います。</p> <p>月曜・木曜 練習終了後の10分間</p> <p>土曜 練習終了後の20分間</p> </div>																					
火	水中健康教室 9:05~9:50 古山		幼稚園指導		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		トレーニング & やさしいトレーニング 11:30~12:20 古山																							
水	保育園指導		エンジョイスイム (クロール編) 11:00~11:50 前田		のんびりスイム (クロール編) 12:20~13:05 薦田		マスターズスイム 11:00~11:50 森川																									
木	水中健康教室 9:05~9:50 前田		エンジョイスイム (バタフライ編) 11:00~11:50 前田 ベビーコース		はじめてスイム (バタフライ編) 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																							
金	水中健康教室 9:05~9:50 富田		幼稚園指導		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		トレーニング & やさしいトレーニング 11:30~12:20 富田																							
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 (背泳ぎ編) 12:55~13:35 富田		飛込み練習会 12:50~13:10																							
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 (平泳ぎ編) 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

担当コーチ名
富田

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