

# 千里スイミングクラブ 6月 アクアプログラム

(6/3 ~ 6/30)

	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 背泳ぎ編 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 バタフライ編 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: 10px; text-align: center;"> <p><b>お知らせ</b></p> <p>5月8日(火)~7月3日(火)毎週 <b>火・金曜日</b> 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。</p> <p><b>トレーニング &amp; やさしいトレーニングを 11:30~12:20で実施します。</b></p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p><b>STGマスターズ 飛込み練習会</b></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> <p><b>6月9日(土)大会前日まで実施</b></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 富田		レインボーコース 13:10~14:00 富田		トレーニング & やさしいトレーニング 11:30~12:20 吉田																							
水	保育園指導		エンジョイスイム 平泳ぎ編 11:00~11:50 前田		のんびりスイム 平泳ぎ編 12:20~13:05 富田		マスターズスイム 11:00~11:50 吉田																									
木	水中健康教室 9:05~9:50 前田		エンジョイスイム クロール編 11:00~11:50 前田		はじめてスイム クロール編 12:20~13:05 富田		ヘルシーコース 13:10~14:00 前田		ベビーコース マスターズスイム 11:00~11:50 浅原																							
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		エンジョイスイム バタフライ編 12:55~13:35 富田		マスターズスイム 12:00~12:50 古山		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 背泳ぎ編 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
	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