

千里スイミングクラブ 7月 アクアプログラム

(7/1 ~ 7/22)

	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 バタフライ編 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 クロール編 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>お知らせ</p> <p>地震による影響により 幼稚園指導が、17日(火)まで 延長する事となりました。 その為、引き続き7月も トレーニングとやさしいトレーニングを 合同で行わせていただきます。 誠に申し訳ございませんが、何卒 宜しくお願い申し上げます。</p> </div>		選手コース(ジュニア)				
火	水中健康教室 9:05~9:50 古山	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	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>祝日営業のお知らせ</p> <p>7月16日(月) 祝日のため 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>			選手コース(ジュニア) らくらくスイム バタフライ編 19:40~20:25 富田	トレーニング & やさしいトレーニング 20:30~21:20 富田			
水		保育園指導	エンジョイスイム 背泳ぎ編 11:00~11:50 前田	のんびりスイム 背泳ぎ編 12:20~13:05 富田	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>変則授業のお知らせ</p> <p>7月23日(月)~8月31日(金) 夏休み短期水泳教室開催のため 時間割が変則授業となります。 この期間、水中健康教室は8:15から その他成人レッスンは午後からとなります。 詳しくは裏面をご確認ください。</p> </div>		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 平泳ぎ編 11:00~11:50 前田	はじめてスイム 平泳ぎ編 12:20~13:05 富田	ヘルシーコース 13:10~14:00 前田	<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>日曜ファミリー開放について</p> <p>7月22日・29日 8月5日・19日・26日(各日曜日) 午後2時30分~4時00分 ベビークラス休講に伴い、日曜ファミリー</p> </div>		選手コース(ジュニア) らくらくスイム 背泳ぎ編 19:40~20:25 富田	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	マスターズスイム 11:00~11:50 富田	ストレッチ & ウォーキング 12:30~13:00 大倉	レインボーコース 13:10~14:00 大倉			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		マスターズスイム 12:00~12:50 古山	エンジョイスイム クロール編 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 バタフライ編 12:55~13:40 嶋本			《レッスンプログラムの見方》			

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
土	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