

スイミング タイムスケジュール

	月	水	木	金	土	日
10:00		15	15	15	15	15
11:00	30 モーニングアクア 清水	プライベート レッスン	基本4泳法 原田	基本4泳法 田中	基本4泳法 萩原	キッズクラス 岡
12:00	15 基本4泳法 伊藤	30	15	15	30 アクアシェイプ 岡	15 基本4泳法 岡
13:00	30	45 基本4泳法 萩原	45 コンディショニング アクア 守屋	30 水中ウォーキング 教室 西村	プライベート レッスン	30
14:00	00 メディカル 萩原	45 00 メディカル 萩原	30 00 メディカル 萩原	15 00 メディカル 角田	00 00 メディカル 綿野	00 生活体力 増進コース 萩原
15:00	00 15 のびのび 水中ストレッチ 萩原	00 15 機能改善アクア 柴田	00 プライベート レッスン	00 15 コンディショニング アクア 福永		00 15 アクアシェイプ 松本
16:00	15 30 キッズクラス 萩原	00 30 キッズクラス 萩原	30 キッズクラス 萩原	00 30 キッズクラス 角田	00 プライベート レッスン	00 30 スキルアップ 講習会
17:00	30 プライベート レッスン	30 プライベート レッスン	30 00 基本4泳法 萩原	30 プライベート レッスン		30 プライベート レッスン
18:00	15 基本4泳法 萩原	15 基本4泳法 金子	00 15 基本4泳法 萩原	15 基本4泳法 角田		
19:00	15 プライベート レッスン	15 プライベート レッスン	15 プライベート レッスン	15 プライベート レッスン	30 基本4泳法 高橋	21:00まで
20:00					30	
21:00						
22:00						

- …キッズクラス(小学生対象)
- …泳法クラス
- …アクアビクスクラス
- …メディカルクラス
- …メンバーサービスクラス
- …リハビリ系クラス