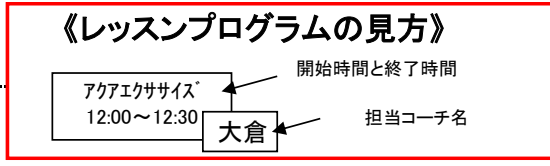


千里スイミングクラブ 1月 アクアプログラム

(1/6 ~ 2/2)

	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 前田		エンジョイスイム 平泳ぎ 10:00~10:50 大倉		保育園指導 マスターズスイム 11:00~11:50 大倉		のんびりスイム 背泳ぎ 12:20~13:05 古山		ヘルシーコース 13:10~14:00 古山		<div style="border: 2px solid red; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p>年末年始休館日のお知らせ</p> <p>1月1日(火)~1月5日(土) 当クラブは休館日となります。</p> <p>新年は1月6日(日)より 営業を開始いたします。</p> </div> <div style="border: 2px solid magenta; padding: 10px; margin-bottom: 10px;"> <p>新年初泳ぎ</p> <p>1月5日(土) 10:00~13:00 (閉館13:30) ※フリー遊泳でのご利用となる為、 レッスンプログラムではありません。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 10px;"> <p>☆祝日営業のお知らせ☆</p> <p>1月14日(月) 祝日のため、この日の 水中健康教室は 休講となります。 尚、プール・ジムのご利用は 14:15までとなります。</p> </div>																					
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 吉田		トレーニング 11:00~11:50 吉田		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)		はじめてスイム (基本編) 19:40~20:00 森川		らくらくスイム 平泳ぎ 20:00~20:25 森川		トレーニング 20:30~21:00 森川				
水	保育園指導				エンジョイスイム クロール 11:00~11:50 前田		のんびりスイム クロール 12:20~13:05 薦田		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		やさしいトレーニング 10:00~10:50 大倉		エンジョイスイム バタフライ 11:00~11:50 前田		はじめてスイム バタフライ 12:20~13:05 伊藤		ヘルシーコース 13:10~14:00 前田													選手コース(ジュニア)		らくらくスイム クロール 20:00~20:25 古山		トレーニング 20:30~21:00 古山						
金	水中健康教室 9:05~9:50 大倉		やさしいトレーニング 10:00~10:50 大倉		トレーニング 11:00~11:50 大倉		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																							
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		14:15 完全退館																									
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 12:55~13:40 嶋本																									



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	11:45~13:45	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~金	9:00~15:20 18:00~21:30
土	9:00~13:45
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