

千里スイミングクラブ 2月 アクアプログラム

(2/3 ~ 3/2)

	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 背泳ぎ 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 バタフライ 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; margin-bottom: 5px;"> <p>☆祝日営業のお知らせ☆</p> <p>2月11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</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;"> <p>重要なお知らせ</p> <p>3月25日(月)~4月5日(金)まで 春休み短期教室を開催します。 それに伴い、開催期間中の 時間割が、変則となります。</p> <p>時間割につきましては、 3月のプログラムにて お知らせいたします。 何卒、宜しくお願いいたします。</p> </div> <div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>☆STGマスターズ情報☆</p> <p>6月9日(日) RACTABドームで開催予定</p> <p>出場希望の方は 2019年度マスターズ登録を お願いいたします。</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)												選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)	
水	保育園指導				エンジョイスイム 平泳ぎ 11:00~11:50 前田		のんびりスイム 平泳ぎ 12:20~13:05 薦田		マスターズスイム 11:00~11:50 吉田		選手コース(ジュニア)												選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)	
木	水中健康教室 9:05~9:50 前田		ベイビーコース		エンジョイスイム クロール 11:00~11:50 前田		はじめてスイム クロール 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)												選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)	
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		選手コース(ジュニア)												選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		選手コース(ジュニア)		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		<div style="border: 2px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>14:15 完全退館</p> </div>																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 背泳ぎ 12:55~13:40 嶋本		<div style="border: 2px solid black; padding: 5px;"> <p>《レッスンプログラムの見方》</p> <p>開始時間と終了時間 アクアエクササイズ 12:00~12:30 大倉 担当コーチ名</p> </div>													

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