

千里スイミングクラブ 5月 アクアプログラム

(5/5 ~ 6/1)

	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		エンジョイスイム 平泳ぎ編 10:00~10:50		保育園指導		のんびりスイム 背泳ぎ編 12:20~13:05		ヘルシーコース 13:10~14:00													
			大倉 ベビーコース		マスターズスイム 11:00~11:50		大倉		古山		古山											
火	水中健康教室 9:05~9:50		幼稚園指導		はじめてスイム (基本編) 12:20~13:05		レインボーコース 13:10~14:00															
	古山				トレーニング & やさしいトレーニング 11:30~12:20		吉田		薦田		薦田											
水	保育園指導		エンジョイスイム (クロール編) 11:00~11:50		のんびりスイム (クロール編) 12:20~13:05																	
			前田		マスターズスイム 11:00~11:50		吉田		薦田													
木	水中健康教室 9:05~9:50		エンジョイスイム (バタフライ編) 11:00~11:50		はじめてスイム (バタフライ編) 12:20~13:05		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		伊藤		前田											
金	水中健康教室 9:05~9:50		幼稚園指導		ストレッチ & ウォーキング 12:30~13:00		レインボーコース 13:10~14:00															
	大倉				トレーニング & やさしいトレーニング 11:30~12:20		大倉		浅原		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																	
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		のんびり・らくらくスイム (平泳ぎ編) 12:55~13:40															
					八上		大倉															

★休館日のお知らせ★

4月30日(月)~5月4日(土)まで
施設点検の為、休館日とさせていただきます。
ご迷惑をお掛けいたしますが
ご理解とご協力の程、宜しくお願いいたします。

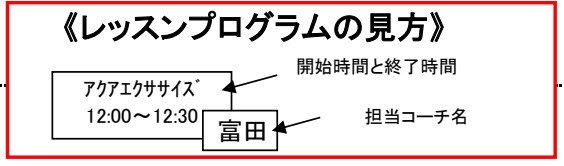
お知らせ

5月14日(火)~7月16日(火)まで
毎週 火・金曜日 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。

**STGマスターズ
飛込み練習会**

5月12日(日)より
水曜日・日曜日の
マスターズスイムおよび
トレーニング・やさしいトレーニング
において
飛込み練習会を行います。
水曜・日曜日
練習終了後の約10分間

選手コース(ジュニア)	
選手コース(ジュニア)	らくらくスイム 平泳ぎ 20:00~20:25
トレーニング	20:30~21:00
浅原	浅原
選手コース(ジュニア)	
選手コース(ジュニア)	らくらくスイム クロール 20:00~20:25
トレーニング	20:30~21:00
古山	古山
選手コース(ジュニア)	
4泳法マスター (基本・応用)	19:30~20:15
伊藤	



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