スイムフィットネス・レッスンスケジュール表

ゆうゆう・デイタイム会員（除、祝日）

	月	火	水	木	金	土	日
9:30					9:40～10:00 水中歩行 鴫 原		
10:00	偶数月 バタフライ 奇数月 クロール		偶数月 背泳ぎ 奇数月 平泳ぎ				
10:30	10:30～11:00 初級バタフライ 初級クロール 田 崎		10:30～11:00 初級背泳ぎ 初級平泳ぎ 兼 子	10:30～11:00 アクアビクス 和 田		11:30～12:00 ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾚｯｽﾝ (有料) 岡 本	
11:00	1・3・5回目 基礎 2・4・回目 応用	11:00～11:40 ベビースクール 鈴 木		1・3・5回目 基礎 2・4・回目 応用	11:00～11:40 ベビースクール 鈴 木		
11:30	11:20～11:50 平泳ぎ 田 崎	1・3・5回目 基礎 2・4・回目 応用	11:30～11:50 中級トレーニング 兼 子	11:15～11:45 バタフライ 和 田			
12:00	12:00～12:30 背泳ぎ 田 崎	11：50～12:20 ｽｲﾑﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ 中 嶌	12：00～12：20 スタート・ターン 岡 本	11:50～12:20 クロール 和 田	11：50～12:20 水中歩行 鴫 原		
12:30			偶数月 スタート 奇数月 ターン	1.3.5回目 基礎 2.4回目 応用			

※11：00以降はダイビング講習で1コース使用する場合があります。

ナイト＆ホリデー会員（除、祝日）

	月	火	水	木	金	土	日
20:00							
20:30	20：30～20：50 クロール・ バタフライ (基礎) 鳴 原	20:20～20:50 アクアビクス 岡 本	20：30～21：00 背泳ぎ・平泳ぎ (応用) 岡 本	20:30～21:00 水中歩行 鴫 原	20:30～20:50 背泳ぎ・平泳ぎ (基礎) 木 村		
21:00	偶数月 クロール 奇数月 バタフライ	偶数月 背泳ぎ 奇数月 平泳ぎ	21:00～ ﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ講習 (有料)		21：00～21:30 バタフライ・ クロール (応用) 岡 本		
21:30	21:30～22:00 ｽｲﾑﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ 鈴 木			21:30～22:00 上級トレーニング 鈴 木			
22:00							

偶数月 背泳ぎ 奇数月 平泳ぎ

偶数月 バタフライ 奇数月 クロール

※月曜日・木曜日の21：30以降スノーケリングで1コース使用出来ます。（レッスンはございません）

ナイト＆ホリデー会員

	土	日
11:30		
12:00		
12:30		
13:00		
13:30		13:30～14:00 ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾚｯｽﾝ (有料) 江藤・岡本
14:00		14:00～14:30 ﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾚｯｽﾝ (有料) 江藤・岡本
14:30		
15:00		15:00～15:40 Jrﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾚｯｽﾝ(有料)
16:00		16:00～16:40 Jrﾌﾟﾗｲﾍﾞｰﾄﾚｯｽﾝ(有料)
16:30		16:00～ ﾀﾞｲﾋﾞﾝｸﾞ講習 (有料)
17:00		

2009.1月～

※ご案内 ナイト会員様のご利用コースは 月・木の21：30～22：00を除き 3コースとなります。

東武スイミングスクール　かねがふち