

2017年 11月プールプログラムタイムテーブル

曜日	時間	プログラム名	担当	曜日	時間	プログラム名	担当
月曜	20:15~21:00	アドバンススイム45 バタフライ	伊東	木曜	20:15~21:00	レギュラースイム45 背泳ぎ	塚原
	20:15~20:45	かんたんウォーク30	草野		20:30~21:00	かんたんウォーク30	有井
火曜	12:30~13:30	マスタースイミング	塚原	金曜	12:30~13:30	マスタースイミング	塚原
	20:15~21:00	レギュラースイム45 クロール	有井		20:15~21:00	初心者スイム45	有井
	20:15~20:45	脂肪燃焼ウォーク30	大江	土曜	9:50~10:20	めざましウォーク30	
水曜	10:00~10:20	はじめてスイミング	松本		10:30~11:15	パワーアクア	松永
	10:25~10:55	かなづちクロール30★ 25m完泳を目指すクラスです	松本		19:00~19:45	初心者スイム45	有井
	11:00~11:30	らくちんアクア			19:00~19:45	レギュラースイム45 平泳ぎ	草野
	11:30~11:45	体引き締め			19:00~20:00	アドバンススイム60 4泳法のフォームづくり	酒井
	12:00~12:30	かなづち平泳ぎ30★ 25m完泳を目指すクラスです	松本		20:00~21:15	サタデーナイトスイミング75	塚原
	12:45~13:15	脂肪燃焼ウォーク30			日曜	13:30~14:00	らくちんアクア
	13:30~14:00	かなづちクロール30★ 25m完泳を目指すクラスです		* 担当者が記載されていないクラスはホワイトボードをご確認ください * プログラム内容は裏面にてご確認ください * 金曜日の20:15~20:45の脂肪燃焼ウォークはしばらくの間お休みさせていただきます * 詳しくはスタッフまでお問い合わせください			
	14:30~15:00	流水ウォーク30					
20:15~21:00	マーシャルアクア	松永					