

# 昼コース&土曜コースレッスンスケジュール 1月



|    | 月   | 火  | 水               | 木               | 金               | 土               | 日                |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
|----|---|--|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------|----------------|-----------------|---------------|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
|    |   |  |                 |                 |                 | 1               | 2                |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>☆休館日☆</p> <p>1月1日(土)・2日(日)・3日(月)・10日(月)</p> <p>※レッスンはございません。</p> </div> </div> |  |                 |                 |                 | 休館日             | 休館日              |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 中級 |   |  |                 |                 |                 |                 |                  |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 上級 |   |  |                 |                 |                 |                 |                  |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
|    | 3   | 4  | 5               | 6               | 7               | 8               | 9                |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | 休館日   | 12:00~<br>クロール   |                 | 11:00~<br>初心者   |                 | 11:00~<br>初心者   | 12:00~<br>背泳ぎ    |                | 12:00~<br>平泳ぎ   |               | 14:00~<br>背泳ぎ    |                 |                 |                 |
| 中級 |   | 12:00~<br>背泳ぎ  | 13:00~<br>バタフライ | 11:00~<br>平泳ぎ   | 12:00~<br>クロール  |                 | 12:00~<br>バタフライ  |                |                 | 13:00~<br>背泳ぎ | 15:00~<br>クロール   |                 |                 |                 |
| 上級 |   |  | 13:00~<br>平泳ぎ   |                 | 12:00~<br>背泳ぎ   | 13:00~<br>バタフライ | 11:00~<br>クロール   |                | 13:00~<br>平泳ぎ   | 11:00~<br>背泳ぎ |                  | 13:00~<br>バタフライ | 14:00~<br>平泳ぎ   |                 |
|    | 10  | 11   | 12              | 13              | 14              | 15              | 16               |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | 休館日   | 12:00~<br>バタフライ  |                 | 11:00~<br>初心者   |                 | 11:00~<br>初心者   | 12:00~<br>平泳ぎ    |                | 12:00~<br>クロール  |               | 14:00~<br>平泳ぎ    |                 |                 |                 |
| 中級 |   | 12:00~<br>平泳ぎ  | 13:00~<br>背泳ぎ   | 11:00~<br>クロール  | 12:00~<br>バタフライ |                 | 12:00~<br>背泳ぎ    |                |                 | 13:00~<br>平泳ぎ | 15:00~<br>個人メドレー |                 |                 |                 |
| 上級 |   |  | 13:00~<br>クロール  |                 | 12:00~<br>平泳ぎ   | 13:00~<br>背泳ぎ   | 11:00~<br>個人メドレー |                | 13:00~<br>クロール  | 11:00~<br>平泳ぎ |                  | 13:00~<br>背泳ぎ   | 14:00~<br>背泳ぎ   |                 |
|    | 17  | 18   | 19              | 20              | 21              | 22              | 23               |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | 11:00~<br>平泳ぎ   |  |                 | 12:00~<br>背泳ぎ   |                 | 11:00~<br>初心者   |                  | 11:00~<br>初心者  | 12:00~<br>クロール  |               | 12:00~<br>バタフライ  |                 | 14:00~<br>バタフライ |                 |
| 中級 | 11:00~<br>背泳ぎ   | 12:00~<br>バタフライ  |                 | 12:00~<br>クロール  | 13:00~<br>平泳ぎ   | 11:00~<br>バタフライ | 12:00~<br>背泳ぎ    |                | 12:00~<br>平泳ぎ   |               |                  | 13:00~<br>クロール  | 15:00~<br>背泳ぎ   |                 |
| 上級 |   | 12:00~<br>平泳ぎ  | 13:00~<br>背泳ぎ   |                 | 13:00~<br>バタフライ |                 | 13:00~<br>ロング    | 13:00~<br>平泳ぎ  | 11:00~<br>背泳ぎ   |               | 13:00~<br>バタフライ  | 11:00~<br>クロール  | 13:00~<br>平泳ぎ   | 14:00~<br>ロング   |
|    | 24  | 25   | 26              | 27              | 28              | 29              | 30               |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | 11:00~<br>クロール  |  |                 | 12:00~<br>平泳ぎ   |                 | 11:00~<br>初心者   |                  | 11:00~<br>初心者  | 12:00~<br>バタフライ |               | 12:00~<br>背泳ぎ    |                 | 14:00~<br>クロール  |                 |
| 中級 | 11:00~<br>平泳ぎ   | 12:00~<br>個人メドレー   |                 | 12:00~<br>バタフライ | 13:00~<br>クロール  | 11:00~<br>背泳ぎ   | 12:00~<br>平泳ぎ    |                | 12:00~<br>クロール  |               |                  | 13:00~<br>バタフライ | 15:00~<br>平泳ぎ   |                 |
| 上級 |   | 12:00~<br>クロール   | 13:00~<br>平泳ぎ   |                 | 13:00~<br>背泳ぎ   |                 | 12:00~<br>バタフライ  | 13:00~<br>クロール | 11:00~<br>平泳ぎ   |               | 13:00~<br>背泳ぎ    | 11:00~<br>バタフライ | 13:00~<br>クロール  | 14:00~<br>バタフライ |
|    | 31  | <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> <p>あけましておめでとうございます！</p> <p>今年もよろしくお願いたします★★</p> </div> </div> |                 |                 |                 |                 |                  |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 初級 | 11:00~<br>バタフライ   |  |                 |                 |                 |                 |                  |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 中級 | 11:00~<br>クロール  |  |                 |                 |                 |                 |                  | 12:00~<br>平泳ぎ  |                 |               |                  |                 |                 |                 |
| 上級 |   | 12:00~<br>バタフライ  | 13:00~<br>クロール  |                 |                 |                 |                  |                |                 |               |                  |                 |                 |                 |