

# 2024年9月 成人コース レッスンスケジュール

※9月分レッスン ご予約は8/25(日) 9:00~となります。

| 曜日    | 月  | 火  | 水                | 木               | 金               |       | 土               | 日                   |                 |
|-------|--|--|------------------|-----------------|-----------------|-------|-----------------|---------------------|-----------------|
| 利用時間  | 11:40-15:00  | 11:40-15:00  | 11:40-15:00      | 11:40-15:00     | 11:40-15:00     |       | 12:00-14:20     | 12:30-14:30         |                 |
|       | <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;">  <div style="text-align: center;"> <p>☆成人会員の皆様☆</p> <p>レッスンが始まる5分前に担当コーチが出席確認を行いますので<br/>お時間までにプールへお集まりください。</p> <p>コーチが変更になる場合は連絡アプリでご連絡させていただきます。</p> </div> </div> |  |                  |                 |                 |       |                 | 1                   |                 |
| 12:00 |  |  |                  |                 |                 |       |                 |                     |                 |
| 13:00 |  |  |                  |                 |                 |       |                 | 12:40~13:30         |                 |
| 14:00 |  |  |                  |                 |                 |       |                 | 初,中級【河西】<br>背泳ぎ     | 上級【鈴木】<br>平泳ぎ   |
|       | 2  | 3  | 4                | 5               | 6               |       | 7               | 8                   |                 |
| 12:00 | 初級【猪爪】<br>バタフライ  | 中級【小林】<br>クロール   | 中級【河西】<br>バタフライ  | 上級【中崎】<br>クロール  | 上級【立澤】<br>バタフライ |       |                 |                     |                 |
| 13:00 | 中級【上沼】<br>平泳ぎ  | 初級【河西】<br>背泳ぎ  | 上級【佐藤】<br>平泳ぎ    | 中級【佐藤】<br>背泳ぎ   | 初級【佐藤】<br>クロール  | 12:20 | 中級【中崎】<br>クロール  | 12:40~13:30         |                 |
| 14:00 | 上級【水野】<br>背泳ぎ  | アクア&スイム<br>【根本】  | 初級【小笠原】<br>平泳ぎ   | アクア&スイム<br>【水野】 | 中級【根本】<br>平泳ぎ   | 13:20 | 初級【熊倉】<br>バタフライ | 初,中級【河西】<br>平泳ぎ     | 上級【鈴木】<br>クロール  |
|       | 9  | 10   | 11               | 12              | 13              |       | 14              | 15                  |                 |
| 12:00 | 初級【猪爪】<br>背泳ぎ  | 中級【小林】<br>バタフライ  | 中級【河西】<br>背泳ぎ    | 上級【中崎】<br>バタフライ | 上級【立澤】<br>背泳ぎ   |       |                 |                     |                 |
| 13:00 | 中級【上沼】<br>クロール   | 初級【河西】<br>平泳ぎ  | 上級【佐藤】<br>クロール   | 中級【佐藤】<br>平泳ぎ   | 初級【佐藤】<br>バタフライ | 12:20 | 中級【中崎】<br>バタフライ | 12:40~13:30         |                 |
| 14:00 | 上級【水野】<br>平泳ぎ  | アクア&スイム<br>【根本】  | 初級【小笠原】<br>クロール  | アクア&スイム<br>【水野】 | 中級【根本】<br>クロール  | 13:20 | 初級【熊倉】<br>背泳ぎ   | 初,中級【河西】<br>クロール    | 上級【鈴木】<br>バタフライ |
|       | 16   | 17   | 18               | 19              | 20              |       | 21              | 22                  |                 |
| 12:00 | <h2>祝日<br/>休館日</h2>  | 中級【小林】<br>背泳ぎ  | 中級【河西】<br>平泳ぎ    | 上級【中崎】<br>背泳ぎ   | 上級【立澤】<br>平泳ぎ   |       |                 | <h2>祝日<br/>休館日</h2> |                 |
| 13:00 |  | 初級【河西】<br>クロール   | 上級【佐藤】<br>バタフライ  | 中級【佐藤】<br>クロール  | 初級【佐藤】<br>背泳ぎ   | 12:20 | 中級【中崎】<br>背泳ぎ   |                     |                 |
| 14:00 |  | アクア&スイム<br>【根本】  | 初級【小笠原】<br>バタフライ | アクア&スイム<br>【水野】 | 中級【根本】<br>バタフライ | 13:20 | 初級【熊倉】<br>平泳ぎ   |                     |                 |
|       | 23   | 24   | 25               | 26              | 27              |       | 28              | 29                  |                 |
| 12:00 | <h2>祝日<br/>休館日</h2>  | 中級【小林】<br>平泳ぎ  | 中級【河西】<br>クロール   | 上級【中崎】<br>平泳ぎ   | 上級【立澤】<br>クロール  |       |                 | <h2>休館日</h2>        |                 |
| 13:00 |  | 初級【河西】<br>バタフライ  | 上級【佐藤】<br>背泳ぎ    | 中級【佐藤】<br>バタフライ | 初級【佐藤】<br>平泳ぎ   | 12:20 | 中級【中崎】<br>平泳ぎ   |                     |                 |
| 14:00 |  | アクア&スイム<br>【根本】  | 初級【小笠原】<br>背泳ぎ   | アクア&スイム<br>【水野】 | 中級【根本】<br>背泳ぎ   | 13:20 | 初級【熊倉】<br>クロール  |                     |                 |
|       | 30   |  |                  |                 |                 |       |                 |                     |                 |
| 12:00 | <h2>休館日</h2>   |  |                  |                 |                 |       |                 |                     |                 |
| 13:00 |  |  |                  |                 |                 |       |                 |                     |                 |
| 14:00 |  |  |                  |                 |                 |       |                 |                     |                 |