



大人レッスン予定表



2022.9月の大人レッスンは下記日程にて実施致します。
たくさんのご参加、お待ちしております！

A	水曜	13:00~13:50	初 心 者	B	水曜	13:00~13:50	クロール (上 級)	C	水曜	13:00~13:50	クロール (初 級)
		14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初心者)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (上 級)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初級)
	木曜	13:00~13:50	クロール (初 級)		木曜	13:00~13:50	初 心 者		木曜	13:00~13:50	クロール (上 級)
		14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初 級)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初心者)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (上 級)
	金曜	13:00~13:50	クロール (上 級)		金曜	13:00~13:50	クロール (初 級)		金曜	13:00~13:50	初 心 者
		14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (上 級)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初 級)			14:00~14:50	背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ (初心者)

	月	火	水	木	金	土
プール会員様の皆様へ		プールご利用後は・・・		1日	2日	3日
大人レッスンをより多くの方に ご参加いただく為に、「各週毎の レッスン時間割」を作成しており ますので、是非ご活用ください。		『よく体を拭いて』から 各ロッカーへ移動してください！ 通路を濡らさぬよう、ご協力を お願い致します！		B ※夜20:15~21:00より ・4泳法テクニック ・マスターズ も実施。		4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)
4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)	休館日 (施設メンテナンス)	レッスン休み (通常営業)	C ※夜20:15~21:00より ・4泳法テクニック ・マスターズ も実施。		4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)	
11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)	レッスン休み (通常営業)	レッスン休み (通常営業)	A ※夜20:15~21:00より ・4泳法テクニック ・マスターズ も実施。		4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)	
18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)	休館日 (施設メンテナンス)	レッスン休み (通常営業)	B ※夜20:15~21:00より ・4泳法テクニック ・マスターズ も実施。		家族プールDAY (イベント) ※レッスンおやすみ	4泳法テクニック (13:00~13:50) マスターズ (13:00~13:50)
25日	26日	27日	28日	29日	30日	マスク忘れず！
休館日 ※定期点検実施のため		レッスン休み (通常営業)	特連1日目 『道具練習』 (フィン・パドル等)	特連2日目 『道具練習』 (シュノーケル等)	特連3日目 『水中撮影』 (※詳細は後日)	

今月の特別レッスンは、28日(水)、29日(木)、30日(金)に実施！！

28(水)、29日(木)は・・・

「道具を使った練習」

- ・28日は「フィン・パドル」
- ・29日は「シュノーケル・チューブ」



30日(金)は・・・

第2回 「水中撮影会」

今回も「文ちゃん」が潜ります！撮ります！教えます！

※詳細は後日、ご案内致します。

