

レッスン時間割 (2022年4月～)

時間	平日 レッスン			土日・祝日 レッスン		レッスン休み	
	水曜	木曜	金曜	土曜	日曜・祝日	月曜	火曜
営業前				WAM 選手 (朝 練)			
10:00		リズムステップ & ウォーキング♪ (10:30~11:00)		幼児 (10:00~10:40)	幼児 (10:00~10:40)	レッスン 休み	レッスン 休み
11:00	ベビースイミング (11:00~11:30) ※予約制			子ども (初級) (11:00~11:50) 育成ジュニア (11:00~11:50)	子ども (初級) (11:00~11:50)		
12:00				子ども (中級) (12:00~12:50) 子ども (上級) (12:00~12:50) 育成トップ (12:00~12:50)	子ども (中級) (12:00~12:50) 子ども (上級) (12:00~12:50) 選手育成 (12:00~12:50)		
13:00	大人レッスン (13:00~、14:00~) は、毎月発行します、別紙『大人レッスン予定表』にてご確認くださいませよう、お願い致します。			4泳法テクニック (13:00~13:50)	4泳法テクニック (13:00~13:50)		
14:00				マスターズ (13:00~13:50)	マスターズ Fin&Paddle (13:00~13:50)		
15:00				WAM 選手 トップ (14:00~)			
16:00				WAM 選手 トップ (~16:00)			
16:00	幼児 (16:00~16:40)	幼児 (16:00~16:40)	幼児 (16:00~16:40)	WAM 選手 ジュニア&ミドル (16:00~)			
17:10	子ども (初級) (17:10~18:00) 育成 ジュニア (17:10~18:00)	子ども (中級) (17:10~17:50) 子ども (上級) (17:10~17:55) 育成 トップ (17:10~18:00)	子ども (初級) (17:10~18:00) 子ども (中級) (17:10~18:00)	WAM 選手 ジュニア&ミドル (~18:30)			
18:20	子ども (中級) (18:20~19:10) 子ども (上級) (18:20~19:10) WAM選手 ジュニア (18:15~)	子ども (初級) (18:20~19:10) WAM 選手 トップ (18:15~)	子ども (上級) (18:20~19:10) WAM 選手 ジュニア&ミドル (18:15~)	幼児・子どもレッスンの終了時間 ロッカールームでの密を最小限に抑えるために、終了時間・退場時間は都度調整(5~7分程度)させていたいております。ご理解願います。			
19:15	WAM 選手 ジュニア&トップ (~20:15)	WAM 選手 ミドル&トップ (~20:15)	WAM 選手 ジュニア&ミドル&トップ (~20:15)				WAM 選手 トップ & ミドル (18:00~21:00)
20:15	4泳法テクニック (20:30~21:15) マスターズ (20:30~21:15)	4泳法テクニック (20:30~21:15) マスターズ (20:30~21:15)	4泳法テクニック (20:30~21:15) マスターズ (20:30~21:15)				
21:00							

	ベビーレッスン
	幼児レッスン
	子どもレッスン
	大人レッスン
	WAM 選手

- ※3歳未満のお子様を対象です。
- ※3歳~6歳までのお子様を対象です。
- ※小学生以上のお子様を対象です。
- ※大人(一般)の方が対象です。
- ※WAM所属選手を対象です。

レッスン詳細については、裏面をご確認ください。

