

(プール) 大人レッスン 担当一覧表 (2023年11月)

※担当コーチは、当日変更となる場合もございますので予めご了承ください。

日 程	レッスン時間	レッスン内容	担当コーチ
11月1日	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	高井
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	高井
	20:30 ~ 21:15	マスターズ	戎谷
11月2日	11:00 ~ 11:30	レッツ♪ウォーキング♪	大平
	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
11月3日	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	横山
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	高井
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	佃
11月4日	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	森嶋
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	栗野
11月5日	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	栗野
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	佃
11月6日	休館日		
11月7日	レッスンなし		
11月8日	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
	20:30 ~ 21:15	マスターズ	栗野
11月9日	11:00 ~ 11:30	レッツ♪ウォーキング♪	大平
	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
11月10日	20:30 ~ 21:15	4泳法テクニック	横山
	11:00 ~ 11:30	きれいにゆっくり泳ごう	大平
	13:00 ~ 14:00	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
11月11日	20:30 ~ 21:15	4泳法テクニック	栗野
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	栗野
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	佃
11月12日	19:00 ~ 19:45	泳法レッスン(水中姿勢)	青木
	20:00 ~ 20:45	マスターズ(初級/中級/上級)	青木
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	高井
11月13日	休館日		
11月14日	レッスンなし		
11月15日	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
	20:30 ~ 21:15	マスターズ	栗野

日 程	レッスン時間	レッスン内容	担当コーチ
11月16日	11:00 ~ 11:30	レッツ♪ウォーキング♪	大平
	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
11月17日	20:30 ~ 21:15	4泳法テクニック	横山
	11:00 ~ 11:30	きれいにゆっくり泳ごう	大平
	13:00 ~ 14:00	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
11月18日	20:30 ~ 21:15	4泳法テクニック	高井
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	高井
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	栗野
11月19日	20:30 ~ 21:15	泳法レッスン	戎谷
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	森嶋
11月20日	休館日		
11月21日	レッスンなし		
11月22日	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
	20:30 ~ 21:15	マスターズ	栗野
11月23日	レッスンなし (家族プールDAY)		
11月24日	11:00 ~ 11:30	きれいにゆっくり泳ごう	大平
	13:00 ~ 14:00	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	20:30 ~ 21:15	4泳法テクニック	高井
11月25日	20:30 ~ 21:15	マスターズ	栗野
	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	高井
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	大平
11月26日	19:00 ~ 19:45	泳法レッスン(水中姿勢)	青木
	20:00 ~ 20:45	マスターズ(初級/中級/上級)	青木
11月27日	13:05 ~ 13:55	4泳法テクニック	横山
	13:05 ~ 13:55	マスターズ	佃
11月28日	休館日		
11月29日	レッスンなし		
11月30日	13:00 ~ 13:50	4泳法きれいに泳ごう①	栗野
	14:00 ~ 14:50	4泳法きれいに泳ごう②	栗野
	20:30 ~ 21:15	マスターズ	栗野

お知らせ (イベント案内・貸切予約・周知事項 など)

【イベント:家族プールDAY】 23日(祝木)は、「家族プールDAY」の為、レッスンは全ておやすみとなります。

【土曜夜レッスン】 11日(土)、25日(土)は青木コーチ、18日(土)は戎谷コーチがレッスンを実施致します。会員様無料。(非会員様も1DAY料金: ¥1,000にて参加可)

【幼児貸切予約:団体】 17(金)、29日(水)は、10:00~10:40にて「幼児貸切レッスン」の為、補助プールおよび1・2レーンがご利用できません。

【6・7レーン貸切予約:個人】 5日(日)、12日(日)、19日(日)、23日(日)は、16:45~19:00にて「大人貸切」の為、6・7レーンはご利用できません。

【6・7レーン貸切予約:水球】 5日(日)、12日(日)、19日(日)、23日(日)は、14:00~16:00にて「団体貸切」の為、6・7レーンはご利用できません。

【お知らせ】11月レッスンより、新たに「横山コーチ」、「佃コーチ」の2名が、4泳法およびマスターズレッスンの指導に加わりますので、是非ご参加ください。