



スール大人レッスン (予定表)



大人レッスン 担当コーチ

NEW

| | | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 青木ヘッド | 高井コーチ | 横山コーチ | 小川コーチ | 森田コーチ | 吉松コーチ | 北野コーチ |
| | | | | | | |

※ 担当コーチは当日変更となる場合もございます。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
|---|---|---|---|---|---|---|

パーソナルレッスンのご案内

青木ヘッドコーチに加え、下記コーチによるパーソナルレッスンもスタートしております！
 ○横山コーチ:1レッスン 6,000円/55分 < 対象:大人&子供 >
 ○高井コーチ:1レッスン 5,500円/55分 < 対象:大人&子供 >
 ○吉松コーチ:1レッスン 5,500円/55分 < 対象:大人&子供 >
 日程は各コーチと調整の上、実施となります。初めてパーソナルレッスンをご希望される方は、受付までお越しいただき、必要事項の記入をお願いいたします。



★ 4泳法 泳ぎこみ 13:05~(吉松)
 マスターズ 13:05~(森田)

| | | | | | | | | |
|------------------------------------|-------------------|--------|---|--|---|---|--|---------------------------------------|
| 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 | 7日 | 8日 | | |
| 4泳法 13:05~(高井) マスターズ 13:05~(森田) | 休館日 (施設メンテナンス) | レッスンなし | クロール・背泳ぎ 13:00~(吉松) 平泳ぎ・バタフライ 14:00~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | ウォーキング 11:00~(小川) 平泳ぎ・バタフライ 13:00~(青木) クロール・背泳ぎ 14:00~(高井) 4泳法 20:30~(横山) | きれいにゆっくり泳ごう 11:00~(高井) 4泳法 13:00~(高井) 4泳法 20:30~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | 4泳法 13:05~(高井/北野) マスターズ 13:05~(吉松) | | |
| 9日 | | | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 | 14日 | 15日 |
| 4泳法 13:05~(高井) マスターズ 13:05~(青木) | | | 休館日 (施設メンテナンス) | レッスンなし | ベビー(青木) 11:00~ 平泳ぎ・バタフライ 13:00~(青木) クロール・背泳ぎ 14:00~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | ウォーキング 11:00~(高井) ★ 4泳法 泳ぎこみ 13:00~(青木) 14:00~ レッスンなし 4泳法 20:30~(横山/北野) | きれいにゆっくり泳ごう 11:00~(高井) 4泳法 13:00~(高井) 4泳法 20:30~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | 4泳法 13:05~(高井) マスターズ 13:05~(吉松) |
| 16日 | 17日 | 18日 | | | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 |
| 4泳法 13:05~(高井) マスターズ 13:05~(吉松) | 休館日 (施設メンテナンス) | レッスンなし | | | ★ 4泳法 泳ぎこみ 13:00~(高井) 14:00~ レッスンなし マスターズ 20:30~(青木) | ウォーキング 11:00~(小川) クロール・背泳ぎ 13:00~(青木) 平泳ぎ・バタフライ 14:00~(高井) 4泳法 20:30~(横山) | きれいにゆっくり泳ごう 11:00~(高井) 4泳法 13:00~(高井) 4泳法 20:30~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | 4泳法 13:05~(吉松) マスターズ 13:05~(森田) |
| 23日 | | | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 |
| 4泳法 13:05~(高井) マスターズ 13:05~(森田) | | | 休館日 (施設メンテナンス) | レッスンなし | ベビー(青木) 11:00~ クロール・背泳ぎ 13:00~(青木) 平泳ぎ・バタフライ 14:00~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | ウォーキング 11:00~(高井) 平泳ぎ・バタフライ 13:00~(吉松) クロール・背泳ぎ 14:00~(高井) 4泳法 20:30~(横山/北野) | きれいにゆっくり泳ごう 11:00~(高井) 4泳法 13:00~(高井) 4泳法 20:30~(高井) マスターズ 20:30~(青木) | 4泳法 13:05~(高井/北野) マスターズ 13:05~(森田) |

30日 < イベント・貸切予約・周知事項 >

| | |
|--|---|
| 家族フールDAY ※10:00~12:00 (5・6・7レーン利用可) レッスンなし | 【6・7レーン貸切予約:団体】 9日(日)、16日(日)、30日(日)14:00~16:00にて「団体貸切(水球)」の為、6・7レーンのご利用できません。 |
| | 【6・7レーン貸切予約:個人】 9日(日)、16日(日)、16:00~19:00にて「個人貸切(シンクロ)」の為、6・7レーンのご利用できません。 |
| | 【補助・1・2レーン貸切予約:幼児】 5日(水)、6日(木)、7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)、10:00~10:40にて「幼児貸切(レッスン)」の為、補助P・1・2レーンのご利用できません。 |
| | ※上記以外でも、当日貸切等がある場合もございます。予めご了承ください。 |