

2024年5月プールプログラム

月

はじめてスイム
13:00~13:30

6日 休 講

13日 平泳ぎ

20日 クロール

27日 バタフライ

担当
師橋

月

レベルアップスイム
13:35~14:05

6日 休 講

13日 背泳ぎ

20日 バタフライ

27日 平泳ぎ

火

はじめてスイム
12:00~12:30

7日 背泳ぎ

14日 クロール

21日 バタフライ

28日 平泳ぎ

担当
師橋

火

レベルアップスイム
12:30~13:00

7日 バタフライ

14日 平泳ぎ

21日 背泳ぎ

28日 クロール

NEW

5月から新しく火曜日に
泳法プログラム(12時~12時半。12時半~13時。)を
開講いたします。担当は、師橋です。
みなさまのご参加をお待ちしております。

2024年5月プールプログラム

木

はじめてスイム
13:00~13:30

2日 クロール

9日 平泳ぎ

16日 バタフライ

23日 背泳ぎ

30日 クロール

担当
木下

木

レベルアップスイム
13:35~14:05

2日 平泳ぎ

9日 背泳ぎ

16日 クロール

23日 バタフライ

30日 背泳ぎ

金

はじめてスイム
13:00~13:30

3日 休 講

10日 平泳ぎ

17日 バタフライ

24日 クロール

31日 背泳ぎ

担当
師橋

金

レベルアップスイム
13:35~14:05

3日 休 講

10日 クロール

17日 背泳ぎ

24日 平泳ぎ

31日 バタフライ

5月から木曜日プログラムの担当が変わります。

師橋 → 木下です。

みなさま、これからもよろしくお願いいたします。

休講のお知らせ

5月3日(金・祝)と5月6日(月・祝)の
プールプログラムは、休講とさせていただきます。

5月3日(金)

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分

5月6日(月)

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分
- ☆からだシェイプ 14時15分～14時45分

担当コーチ・プログラム変更のお知らせ

5月から木曜日のプールプログラムの担当コーチを**木下**に変更いたします。
担当変更に伴い、一部プログラムも変更いたします。

からだシェイプ➡水中ウォーキング

- ☆はじめてスイム 13時～13時30分
- ☆レベルアップスイム 13時35分～14時05分
- ☆**水中ウォーキング** 14時15分～14時45分となります。

みなさまのご参加お待ちしております。