

プログラムスケジュール マスター シニア会員

2024年5月6日～27日

bigS スイミングスクール ビッグ・イスわかぐさ

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| 10:00 | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | 泳法レッスン 10:15～ | | | 泳法レッスン 10:15～ | |
| 45 | | 初級 瀬川 中級 天願 上級 勝木 | | | 初級 山崎 中級 瀬川 上級 宮川 | |
| 11:00 | | | 泳法レッスン 10:45～ | | | 泳法レッスン 11:00～ |
| 15 | 泳法レッスン 11:15～ | | 初級 杉本 中級 瀬川 上級 天願 | 泳法レッスン 11:15～ | | 初級 瀬川 中級 山崎 上級 勝木 |
| 30 | 初級 勝木 中級 宮川 上級 山崎 | アクアビクス 11:30～12:00 山崎 | | 初級 天願 中級 勝木 上級 瀬川 | アクアビクス 11:30～12:00 勝木 | |
| 45 | | | | | | |
| 12:00 | | | アクアビクス 11:30～12:00 山崎 | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | |
| 15 | シニアクラス 13:15～14:15 | 泳法レッスン 13:15～ | 泳法レッスン 13:15～ | シニアクラス 13:15～14:15 | 泳法レッスン 13:15～ | |
| 30 | 勝木 | 中級 勝木 上級 瀬川 | 中級 杉本 上級 瀬川 | 瀬川 | 中級 瀬川 上級 宮川 | |
| 45 | | | | | | |
| 14:00 | | シニアクラス 14:15～15:15 | | | シニアクラス 14:15～15:15 | |
| 15 | | 杉本 | | | 山崎 | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | 泳法レッスン 19:15～ |
| 15 | | | | | | 初/中級 勝木 上級 瀬川 |
| 30 | 泳法レッスン 19:30～ | 泳法レッスン 19:30～ | 泳法レッスン 19:30～ | 泳法レッスン 19:30～ | 泳法レッスン 19:30～ | |
| 45 | 初/中級 山崎 上級 勝木 | 初/中級 瀬川 上級 天願 | 上級 山崎 | 初/中級 宮川 上級 瀬川 | 初/中級 勝木 上級 天願 | |
| 20:00 | | | | | | |
| 15 | | | | | | |
| 30 | | | | | | |
| 45 | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | |

※都合により、担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただく場合がございます。