

アクアプログラムスケジュール

2019年1月5日～1月31日 伊丹有岡スイミングスクール

レーン	月曜日						スタ ジオ	火曜日						スタ ジオ	水曜日						スタ ジオ	木曜日						スタ ジオ	金曜日						スタ ジオ	土曜日						スタ ジオ	日曜日						レーン								
	プール							プール							プール							プール							プール							プール																					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6									
9:30																																																									
9:40																																																									
9:50																																																									
10:00	ウォーキング & ジョグ							アクアウォーキング							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ							
10:10	小川							前屋敷							山内							前屋敷							西岡							高島							高島														
10:20	初級クロール背泳ぎ							アクアピクス (1・3・5週) フリスビーアクア (2・4週)							ショートアクア							初級クロール背泳ぎ							アクアピクス							ウォーキング & ジョグ							ウォーキング & ジョグ														
10:30	山内							折田							西村							鳥居							柴田							柴田							柴田							柴田							
10:40	初級平泳ぎ							プライベートレッスン							四泳法 (初級)							初級平泳ぎ							初級平泳ぎ							プライベートレッスン							プライベートレッスン							プライベートレッスン							
10:50	小川							西岡							小川							山内							山内							森田							森田							森田							
11:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
11:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
11:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
11:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
11:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
11:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
12:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
13:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
14:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
15:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
16:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
17:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
18:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:40	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
19:50	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
20:00	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
20:10	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
20:20	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												
20:30	折田							白岩							白岩							柴田							柴田																												

☆マークの説明☆

- 10:00 レッスン開始時刻
- 30 レッスン時間
- 😊 初めての方でも安心してご参加頂けるレッスンです。
- プライベートレッスン (有料)
- プログラム担当変更
- プログラム時間変更

※参加人数によっては、次回スケジュール編成時に、担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます。予めご了承ください。