

# 2022 4月～ アシスト多賀城プールプログラム TEL365-6066

月曜日			火曜日	水曜日			木曜日			金曜日			土曜日	
1コース	2コース	5・6コース		1コース	2コース	5・6コース	1コース	2コース	5・6コース	1コース	2コース	5・6コース	1～3コース	6コース
10:15-11:00 スイミングスクール			休 館 日 と な り ま す										9:00-11:05 スイミングスクール	
11:20-12:00 健康教室 高橋		11:10-11:30 上級バタフライ 只野		11:20-11:50 入門クロール 高橋		11:20-12:00 健康教室 後藤		11:10-11:30 上級クロール 鈴木		11:20-11:50 入門平泳ぎ 鈴木		11:15-12:00 スイミングスクール		11:15-11:55 健康教室 鍵
12:05-12:25 入門背泳ぎ 後藤		11:35-11:55 上級平泳ぎ 只野		12:00-12:45 健康教室 高橋		12:05-12:25 入門バタフライ 安達		11:35-11:55 上級背泳ぎ 鈴木		12:00-12:45 健康教室 鍵		★ 12:05-12:45 マスターズ 只野		
12:30-12:50 フィンスイム 高橋		12:00-12:45 スイムトライ 1200		12:30-13:00 フィンスイム 只野		12:30-12:50 フィンスイム 安達		12:00-12:50 マスターズ 只野		12:30-13:00 フィンスイム 後藤		12:45-17:00 スイミングスクール		
13:10-13:40 アクアビクス 只野		12:30-13:00 安達				13:00-13:30 アクアビクス 只野								
15:00-18:30 スイミングスクール				15:00-18:30 スイミングスクール										
19:00-19:20 入門クロール&背泳ぎ 鈴木	19:00-19:45 ★ マスターズ 小松			マスターズは 月曜日に移動 しました。			19:00-19:30 ウォーク&スイム 鍵						★ 50M以上泳げる方が対象です。	
19:25-19:55 フィンスイム 鈴木														