

# 2022年 10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	5・6コース		
10:15-11:00 ベビー・メダカ			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 上級背泳ぎ 鈴木		11:20-11:50 入門背泳ぎ 高橋					11:20-12:00 健康教室 後藤		11:10-11:30 上級クロール 安達		11:20-11:50 入門バタフライ 後藤		11:30-12:15 ベビー・メダカ	
12:05-12:25 入門クロール 後藤		11:35-11:55 上級平泳ぎ 鈴木		12:00-12:45 健康教室 高橋		11:55-12:25 キック&スイム 鈴木	健康教室 後藤			11:35-11:55 上級バタフライ 安達		12:00-12:45 健康教室 鍵		11:15-11:55 健康教室 鍵		
12:30-13:00 フィンスイム 後藤		★ 12:00-12:50 チャレンジ スイム 1500 安達				12:30-13:00 フィンスイム 鈴木	12:05-12:25 入門平泳ぎ 只野			★ 12:00-12:50 マスターズ 鈴木				★ 12:00-12:45 マスターズ		
13:10-13:40 アクアビクス 高橋							12:30-12:50 フィンスイム 只野						11:55-12:25 キレイに メドレー 高橋			
15:00-18:30 スイミングスクール							13:00-13:30 アクアビクス 只野						12:30-13:00 フィンスイム 高橋			
18:50-19:10 フィンスイム															12:45-17:00 スイミングスクール	
★ 19:15-20:00 マスターズ																
															初心者の方が対象です。 ★ 50M以上泳げる方が対象です。	