

# 京都ファミリースイミングクラブ

# 4月 アクアプログラム

2019/4/1~4/28

	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22	
月		橋本 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	らくらくスイム(平泳ぎ編) 11:10~11:55 橋本	ヘルスウォーキング 12:05~12:30 橋本	ライトマスターズ 12:40~13:30 清水							
火		可世木 担当変更 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	のんびりスイム(クロール編) 11:15~12:00 可世木	はりきってスイム(クロール編) 12:10~13:00 可世木 担当変更								
水				すいすいスイム(バタフライ編) 11:45~12:30 豊島	マスターズスイム 12:40~13:30 豊島							
木		豊島 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	すいすいスイム(背泳ぎ編) 11:10~11:55 豊島	アクアウォーキング 12:00~12:30 可世木	トレーニング・やさしいトレーニング 12:40~13:30 可世木							
金		竹内 担当変更 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	のんびりスイム(背泳ぎ編) 11:15~12:00 竹内	アクアフィットネス 12:05~12:30 竹内 担当変更	ステップアップスイム(バタフライ編) 12:40~13:25 清水							
土		<p style="text-align: center; font-size: 2em;">ディ会員のご利用は全日11:00からとなります</p>										
	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22	

4月1日から  
スタート!

お知らせ  
夜の部 アクアウォーキングが  
火曜日から金曜日に  
曜日変更致しました。  
引き続きご利用頂きますよう  
よろしくお願い致します。

曜日変更  
アクアウォーキング  
20:00~20:25  
可世木

トレーニング  
やさしいトレーニング  
20:00~20:45  
可世木

	午前の部	プール利用時間	午後の部
月~金	10:00~14:00		19:00~21:00
土	/		19:00~21:00
祝日	10:00~14:00		

\* 成人クラスは、日曜日の利用がありません。

- \* 都合により一部プログラムを変更する場合があります。
- \* 月~土の14:00~19:00はジュニアクラスレッスンの為プールの利用はできません。
- \* 平日の月~土は21:30 祝日は14:30 で閉館いたします。
- \* 予告なく担当コーチが変更になる場合があります。予めご了承ください。
- \* 体調の悪いときは利用をお控えください。

《レッスンプログラムの見方》  
開始時間と終了時間

アクアエクササイズ  
12:00~12:30



TEL 075-323-2660