

京都ファミリースイミングクラブ

10月 アクアプログラム

2022/10/3 ~10/28

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
月		前田 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	らくらくスイム(背泳ぎ編) 11:10~11:55	前田	パワーアクア 12:05~12:30	前田	ライトマスターズ 12:40~13:30	清水						
火		萬所 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	NEW 15分ワンポイントスイム(平泳ぎ編) 11:10~11:25	NEW サークルスイム初級編 11:30~12:00	萬所	はりきってスイム(平泳ぎ編) 12:10~13:00	萬所							
水			すいすいスイム(クロール編) 11:15~12:00	山内		マスターズスイム 12:10~13:00	清水							
木		萬所 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	NEW すいすいスイム ターン(個人メドレー編) 11:10~11:55	萬所	NEW バランス整うウォーキング 12:05~12:30	萬所	メニュートレーニング 12:40~13:30	前田						
金		山内 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50	NEW はじめてスイム(4泳法編) 11:10~11:55	山内	アクアウォーキング 12:05~12:30	前田	ステップアップスイム(バタフライ編) 12:40~13:25	前田						
土	<p>デイ会員様のご利用は全日11:00からとなります</p>													

祝日のご案内
10月10日(月)
 プールの利用時間は
 10:00~14:00
 ヘルシーウォーキングは
 休講です。
 夜の成人コースは休講です。

夜は全曜日
 フリー利用
 とさせていただきます。
 空いているコースを
 ご利用ください。

	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。

- * 都合により各種フリープログラムは変更・終了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。
- * スイムレッスン開始15分以降の途中参加はご遠慮ください。

《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