GrandSport

上杉レッスンプログラム タイムスケジュール［プール］

3月15日㊐

プール

- 13:15〜14:00 アクアスリム 木村(麻)
- 16:15〜17:00 バタフライ 木村(麻)

3月16日㊊

プール

- 10:20〜10:40 水中ウォーク／松井
- 11:00〜12:00 ベビースイミングスクール
- 12:30〜13:15 アクアスリム 我妻
- 14:30〜15:45 キンダースイミングスクール
- 16:15〜17:30 ジュニアスイミングスクール
- 17:30〜18:30 ジュニア育成スイミングスクール
- 19:00〜20:00 マスターズ 岩野

3月17日㊋

プール

- 10:30〜11:00 ショートアクア／今野(江)
- 11:30〜12:15 背泳ぎ 松井
- 12:45〜13:30 流水トレーニング 岩野
- 14:30〜15:45 リトルスイミングスクール
- 19:00〜19:30 ワンポイントクロール／桐生
- 19:45〜20:15 ワンポイント背泳ぎ／桐生

3月18日㊌

プール

- 10:20〜10:40 はじめてスイム／岩野
- 11:00〜12:00 レディーススイミングスクール
- 13:15〜14:00 アクアスリム 今野(江)
- 14:30〜15:45 キンダースイミングスクール
- 16:15〜17:30 ジュニアスイミングスクール
- 18:45〜19:30 初級クロール 狩野
- 19:45〜20:30 流水トレーニング 佐藤(千)

3月19日㊍

プール

- 10:30〜11:15 流水トレーニング 佐藤(太)
- 11:30〜12:15 平泳ぎ 松井
- 12:30〜13:15 アクアスリム 我妻
- 14:30〜15:45 リトルスイミングスクール
- 19:30〜20:00 ワンポイント平泳ぎ／岩野
- 20:15〜20:45 ワンポイントバタフライ／岩野

3月20日㊎㊗

プール

- 11:00〜12:00 レディーススイミングスクール
- 13:15〜13:45 流水ウォーク／岩野
- 16:15〜17:00 クロール 菊地

3月21日㊏

プール

- 11:00〜12:00 ベビースイミングスクール
- 12:00〜13:15 リトルスイミングスクール
- 14:00〜14:45 クロール・背泳ぎ 菊地
- 15:15〜16:00 平泳ぎ・バタフライ 我妻
- 16:30〜17:15 アクアスリム 我妻

3月22日㊐

プール

- 13:15〜14:00 バタフライ 木村(麻)
- 16:15〜17:00 流水トレーニング 木村(麻)

※レッスン変更や祝日のレッスン時間は下記URLより、ご確認いただけます　http://www.sportsclub.co.jp/gs_daiko.html