

協栄スイミングクラブ深谷 レッスンスケジュール

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
11:00	<u>パブリック</u> 初級 中・上級	<u>ベビーコース</u>	<u>パブリック</u> 初・中級 上級	<u>パブリック</u> 初級 中・上級	<u>ベビーコース</u>	<u>パブリック</u> 初級 中・上級	11:00
12:00 12:10		<u>水中歩行教室</u>			<u>水中歩行教室</u>		12:00 12:10
13:00							13:00
13:30	<u>健康教室</u> 腰痛	<u>健康教室</u> ウォーキング	<u>健康教室</u> アクア	<u>健康教室</u> 肩こり	<u>健康教室</u> アクア		13:30
14:00							14:00
14:15	<u>健康教室</u> 背泳ぎ	<u>健康教室</u> ビギナー	<u>健康教室</u> クロール	<u>健康教室</u> 平泳ぎ	<u>健康教室</u> バタフライ	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	14:15
14:45							14:45
15:40						<u>子ども</u> キンダー ジュニア	15:00
	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア		16:00
16:40	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> キンダー ジュニア	<u>子ども</u> ジュニア	16:40
17:40	<u>子ども</u> ジュニア	<u>子ども</u> ジュニア	<u>子ども</u> ジュニア	<u>子ども</u> ジュニア	<u>子ども</u> ジュニア		17:00
18:40							
19:45	<u>パブリック</u> 初級 強化	<u>パブリック</u> 中・上級	<u>パブリック</u> 初級 中・上級	<u>パブリック</u> 上級 強化	<u>パブリック</u> 初・中級 上級		
20:45							
21:00							

子ども	キンダー	未就学児が入れるクラス・時間
	ジュニア	小学生以上が入れるクラス・時間
成人	パブリック	初級・中級・上級・強化に分かれて泳ぐクラス
	健康教室	前半；水中歩行や水中運動、後半；種目別に泳ぐクラス
	水中歩行教室	水中で歩いたり運動などをして全く泳がないクラス
ベビーコース		ママ・パパまたはご家族と一緒に入るクラス