

スイミングアカデミー伊勢崎 レッスンプログラム 2021年4月～

新クラス

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
10:00	館内ご入場は10:00から ご利用時間は10:05からとなります。						
10:30	入場						
11:00	★★スタートアクア 10:45～11:15	★腰痛・ひざ痛改善 10:45～11:15		★★★パワーアクア 10:45～11:30	★ガンベル水中運動 10:45～11:15	9:00	
11:30	ベビー 11:00-11:45		ベビー 11:00-11:45			9:30 学童 土9 9:00-10:00 (新設)	
12:00	歩行者専用コース	歩行者専用コース	歩行者専用コース	歩行者専用コース	歩行者専用コース	10:00 学童 土10 10:00-11:00	
12:30	フリーコース	フリーコース	フリーコース	フリーコース	フリーコース	10:30	
13:00	★ フィンスイム 12:15-13:00		★ 初心者・初級 12:15-13:00		★ 初心者・初級 12:15-13:00	11:00	
13:30	★★ 中上級 13:15-14:00		★★ 中上級 13:15-14:00	★★ 中上級 13:15-14:00		11:30	
14:00						12:00	
14:30						12:30	
15:00						13:00	
15:30						13:30	
16:00	幼児・学童 3時 15:30-16:30 (～11級まで)	幼児・学童 3時 15:30-16:30 (～11級まで)	幼児・学童 3時 15:30-16:30 (～11級まで)	幼児・学童 3時 15:30-16:30 (～11級まで)	幼児・学童 3時 15:30-16:30 (～11級まで)	14:00	
16:30						14:30	
17:00	学童 4時 16:30-17:30	学童 4時 16:30-17:30	学童 4時 16:30-17:30	学童 4時 16:30-17:30	学童 4時 16:30-17:30	15:00	
17:30						15:30	
18:00	学童 5時 17:30-18:30	学童 5時 17:30-18:30	学童 5時 17:30-18:30	学童 5時 17:30-18:30	学童 5時 17:30-18:30	16:00	
18:30						16:30	
19:00	ジュニアフリー(中学生クラス) 18:30-19:30	選手 18:30-20:30	選手 18:30-20:30	選手 18:30-20:30	ジュニアフリー(中学生クラス) 18:30-19:30	17:00	
19:30						17:30	
20:00	受付終了時間 19:00 までとなります						18:00
20:30						18:30	
21:00						日曜日・・・休館日	