

# お知らせ

7月9日(火) から 15日(月・祝)まで

## イベント開催に伴うスイミングプールの一部専用について

下記のとおりスイミングプールの一部を専用とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

1
2
3
4
5
6

### 記

日時	コース	内容	
7/9 (火) 13:00 ~ 13:30	6	パーソナルスイムレッスン	
			19:00 ~ 19:30
			19:40 ~ 20:10
7/10 (水) 13:00 ~ 14:10	5 ~ 6	バタフライ 手足のタイミング	
		14:10 ~ 15:20	平泳ぎ キック
	15:20 ~ 15:50	6	パーソナルスイムレッスン
	19:00 ~ 20:10	5 ~ 6	体幹を意識した泳ぎ作り
	20:10 ~ 20:40	6	パーソナルスイムレッスン
7/11 (木) 13:20 ~ 13:50	6	パーソナルスイムレッスン	
			14:00 ~ 14:30
7/12 (金) 13:00 ~ 14:10	5 ~ 6	平泳ぎ キック & 手足のタイミング	
	14:10 ~ 14:40	6	パーソナルスイムレッスン
	14:40 ~ 15:50	5 ~ 6	バタフライ・背泳ぎのスタート
			19:00 ~ 20:10
	20:10 ~ 20:40	6	パーソナルスイムレッスン
7/13 (土) 12:00 ~ 12:30	6	パーソナルスイムレッスン	
	12:40 ~ 13:50	5 ~ 6	うねりを意識したバタフライ
7/14 (日) 16:00 ~ 16:30	6	パーソナルスイムレッスン	
			16:40 ~ 17:10
7/15 (月) 16:00 ~ 16:30	6	パーソナルスイムレッスン	
			16:40 ~ 17:10