

JSSエビススイミングスクール タイムスケジュール

※都合により一部プログラムを変更・休講する場合があります。

		月曜日						火	水曜日						木	金曜日						土	日曜日														
		プール						スタジオ	プール						スタジオ	プール						スタジオ	プール						スタジオ								
		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		
10:00		自	自	自	自				自	自	自	自				自	自	自	自				自	自	自	自				ジュニア AAクラス 9:45~11:00							
					由	10:10~10:30					由	10:10~10:30	水中歩行&ジョギング	10:10~11:05				由	10:10~10:30	水中歩行					由				10:10~11:00							健身操	
11:00					50						50							50							50												
					m	10:40~11:10					m	10:40~11:00	とんでけ腰痛					m	10:40~11:10	初級平泳ぎ					m	10:30~11:15	マスターズ(4泳法)										
		歩	25	泳	く	はじめてクラス			歩	25	泳	く			歩	25	泳	く			歩	25	泳	く			歩	25	泳	く							