

成人スイミングスクール

月曜日		
コース	クラス	担当
L1 10:45~	スタート	杉本
	ホップ	高橋
	ステップ	松田

火曜日		
コース	クラス	担当
L2 10:45~	スタート	高橋
	ホップ	松田
	ステップ	杉本

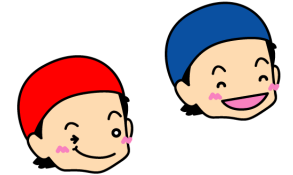
水曜日		
-----	--	--



木曜日		
コース	クラス	担当
L4 10:45~	スタート	植竹
	ホップ	松田
	ステップ	高橋

金曜日		
コース	クラス	担当
L5 10:45~	スタート	松田
	ホップ	植竹
	ステップ	高橋

土曜日		
-----	--	--



L1 11:45~	ジャンプ	加藤
--------------	------	----

L2 11:45~	ジャンプ	杉本
--------------	------	----

L4 11:45~	ジャンプ	杉本
--------------	------	----

L5 11:45~	ジャンプ	津山
--------------	------	----



コース	クラス	担当
P3 13:30~	スタート	深瀬
	ホップ	津山
	ステップ	松田
	ジャンプ	杉本



コース	クラス	担当
P6 13:30~	スタート	深瀬
	ホップ	加藤
	ステップ	津山
	ジャンプ	倉下

コース	クラス	担当
M1 20:00~	スタート	加藤
	ステップ	田中

コース	クラス	担当
M2 20:00~	ホップ	津山
	ジャンプ	加藤

コース	クラス	担当
M1 19:30~	スタート	袴田
	ステップ	田中

\*水曜日は時間が異なります。ご注意ください。

コース	クラス	担当
M4 20:00~	ホップ	加藤
	ジャンプ	杉本

コース	クラス	担当
M5 20:00~	ステップ	袴田
	ジャンプ	田中

レベル	クラス	内容	距離
初中級	スタート	背泳ぎ25m・クロール25mの完泳を目標とするクラスです。	400m~600m
	ホップ	平泳ぎ25mの完泳を目標とするクラスです。	600m~800m
	ステップ	バタフライ25mの完泳を目標とするクラスです。	800m~1000m
上級	ジャンプ	4泳法を習得された方が、泳力を向上させるクラスです。	1000m以上