

2017年8月 スポーツメイト白石蔵王 プールプログラムスケジュール

	月曜日	火曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
10:00				ベビー Gコース		
11:00	わいわい スイム 11:00~11:30 千葉	アカアキ STAFF 11:00~11:30 水中バレー 奥山	わいわい スイム 11:00~11:30 奥山	アカアキ 千葉 11:00~11:30 水中バレー 千葉	アカアキ 長谷部 11:00~11:30 水中バレー 長谷部	エンジョイ スイミング 奥山 11:00~11:40
12:00	11:00~11:50 11:30~11:55	11:30~11:55	11:00~11:50 11:30~11:55	11:30~11:55	11:30~11:55	中級者向け スキルアップ 4泳法 奥山 12:00~12:50
13:00		市町村 運動教室 STAFF 13:00~13:50	AN会員様 ご参加可能 屋の マスターズ 渡部 13:10~14:00		学童 特別レッスン 13:00~14:00	学童 特別レッスン 13:00~14:00
14:00	アカアキ 長谷部 14:00~14:30 水中バレー 長谷部 14:30~14:55	幼児 Aコース	アカアキ 渡部 14:00~14:30 水中バレー 渡部 14:30~14:55	アカアキ 久保田 14:00~14:30 水中バレー 久保田 14:30~14:55	幼児 Aコース ミックス プログラム NOBU高橋 新山 14:00~14:40	幼児 Aコース
15:00	園児 Bコース	園児 Bコース	時間変更 園児 Bコース	園児 Bコース	園児 Bコース	園児 Bコース ベビー Gコース
16:00	学童 Cコース	学童 Cコース	学童 Cコース	学童 Cコース	学童 Cコース	学童 特別レッスン 13:00~14:00
17:00	学童 Dコース	学童 Dコース	学童 Dコース	学童 Dコース	学童 Dコース	学童 特別レッスン 13:00~14:00
18:00	E・HJ・JJ・J 選手コース	E・HJ・JJ・J 選手コース	E・HJ・JJ・J 選手コース	E・HJ・JJ・J 選手コース	E・HJ・JJ・J 選手コース	17:30にてプール終了
19:00	選手 Jコース		選手 Jコース		選手 Jコース	⇒フリーコースです。 ご自由にお使い下さい。
20:00	クロール& 背泳ぎ 長谷部 20:00~20:40		わいわい スイム 奥山 20:00~20:40		平泳ぎ& バタフライ 渡部 20:00~20:45	お友達紹介 が始まります！ 一緒に運動する 仲間を増やしましょう♪
21:00	21:30にてプール終了	21:30にてプール終了	21:30にてプール終了	21:30にてプール終了	21:30にてプール終了	