

# 2017年度スイミングスクールスケジュール表

平成29年11月改正

|       | 火          |      |                      | 水                |             |     | 木          |      |                       | 金          |      |             | 土    |             |      | 日    |      |     |       |
|-------|------------|------|----------------------|------------------|-------------|-----|------------|------|-----------------------|------------|------|-------------|------|-------------|------|------|------|-----|-------|
|       | 1コース       | 2コース | アクア                  | 1コース             | 2コース        | アクア | 1コース       | 2コース | アクア                   | 1コース       | 2コース | アクア         | 1コース | 2コース        | アクア  | 1コース | 2コース | アクア |       |
| 10:00 | B 田口       | C 梅川 |                      | A 梅川             |             |     | E・S 鹿島     |      |                       | A 田口       | C 鹿島 |             | E 鹿島 |             |      | S 塚西 |      |     | 9:30  |
| 11:00 | E 田口       |      | 膝腰改善<br>ウォーキング<br>渋谷 | C 梅川             |             |     | 腰痛水泳<br>鹿島 | B 梅川 | ちくちく<br>シェイプアップ<br>新沼 | E・S 鹿島     |      |             | S 鹿島 | マタニティ<br>浅井 | C 塚西 |      |      |     | 10:30 |
| 12:00 | 腰痛水泳<br>田原 | A 梅川 |                      | マタニティスイミング<br>浅井 | シニア水泳<br>鹿島 |     | C 梅川       |      |                       | 腰痛水泳<br>森谷 | B 田口 | シニア水泳<br>塚西 | C 森谷 |             | A 田原 | B 塚西 |      |     | 11:30 |
| 13:00 | E・S 梅川     |      |                      | B 鹿島             | E 梅川        |     |            |      | ハイドロ<br>田原            | E 森谷       |      |             | E 森谷 | ハイドロ<br>浅井  | E 田原 |      |      |     | 12:30 |
| 14:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             |      |             |      |      |      |     | 13:30 |
| 15:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             |      |             |      |      |      |     | 15:00 |
| 16:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             |      |             |      |      |      |     | 16:00 |
| 17:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             | A 森谷 |             |      |      |      |     | 17:00 |
| 18:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             | B 塚西 | C 森谷        |      |      |      |     | 18:00 |
| 19:00 | C 鹿島       |      |                      | B 田原             |             |     | A 田原       |      |                       |            |      |             |      |             |      |      |      |     | 19:00 |
| 20:00 | E・S 鹿島     |      |                      | C 田原             |             |     | E・S 塚西     |      |                       | C 田原       |      |             |      |             |      |      |      |     | 20:00 |
| 21:00 |            |      |                      |                  |             |     |            |      |                       |            |      |             |      |             |      |      |      |     | 21:00 |

**【振替受講】(マタニティ&ベビーを除く)**

- \* 月2回まで、欠席した月と翌月の2ヶ月内で振替えができます。
- \* 在籍クラスと同じレベル、または一つ下のクラスをお選びください。(E・Sクラスを除く)
- \* Aクラス、腰痛クラス、シニアクラスは3クラス間で振替が可能です。
- \* マスターズ・水中運動クラスには振替制度はございません。

**【単発受講】(マタニティ&ベビーを除く)**

- \* ご自分の都合に合わせて在籍クラス以外のクラスに有料で参加できます。
- \* 在籍クラスと同じレベル、または一つ下のクラスをお選びください。
- \* 連絡の際、[単発受講]とお伝えください。受講料1回¥1,080(税込)

**【2コース使用の時間帯について】**

- \* 参加者が8名以下の場合1コースのみでレッスンを行う場合がございます。

**【EクラスSクラスのレッスン欠席について】**

- \* レッスン開始30分前までにご連絡ください。連絡がない場合、1回分のレッスンを消化したものとさせていただきますのでご注意ください。
- \* (木)10:00開始レッスンは9:30~9:40の間に、(土)(日)の9:30開始レッスンは9:00~9:10の間にご連絡ください。

**受付時間 (火)(水)(金) 10:00~22:00**

(木)10:00~22:00 (E・Sクラスのみ9:30から受付)

(土) 9:30~22:00 (Eクラスのみ9:00から受付)

(日) 9:30~19:30 (Sクラスのみ9:00から受付)

セサミスイミングスクール三鷹 0422-71-3691(プール直通)