

2024年 4月 YEARS SWIMMING CLUB レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日	
1	2	3	4	5	6	7	
東京スイミングセンター 11:00~12:30 ベーシック 12:40~13:35 飛込撮影有 13:35~14:30 50m×30本 東体サブ(Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ コズミック (Asr) 20:10~20:55 背泳ぎ 20:55~21:40 クロール	東京スイミングセンター 13:00~13:55 バタフライ 13:55~14:50 50m×30本 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 スプリント クロール 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東体サブ(YEARS) 11:00~12:30 ピーフィン スプリント 東体メイン(YEARS) 11:00~12:50 飛込教室(浮上がり&計測)	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください	
東京スイミングセンター 13:00~14:30 ベーシック 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ コズミック (Asr) 20:10~21:40 中上級マスターズ	東体サブ(YEARS) 13:00~13:55 背泳ぎ 13:55~14:50 50m×30本 アクアサブ⑦(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング アクアサブ⑦(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 浮き上がり撮影有 アクアサブ⑦(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東体メイン(YEARS) 11:00~12:50 飛込教室(浮上がり&計測)		
東京スイミングセンター 13:00~14:30 ベーシック コズミック (Asr) 20:10~21:40 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ コズミック (Asr) 20:10~20:55 平泳ぎ 20:55~21:40 バタフライ	東京スイミングセンター 13:00~13:55 平泳ぎ 13:55~14:50 50m×30本 アクアサブ⑥(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング アクアサブ⑦(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 スプリント バタフライ アクアサブ⑦(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東体サブ(YEARS) 11:00~12:30 ピーフィン スプリント		
東京スイミングセンター 13:00~14:30 ベーシック 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ コズミック (Asr) 20:10~21:40 中上級マスターズ	東京スイミングセンター 13:00~13:55 クロール 13:55~14:50 50m×30本 東体サブ(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング アクアメイン⑧(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス&飛込(撮影有)	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 浮き上がり撮影有 アクアメイン⑧(YEARS) 19:00~20:50 チャレマス&飛込(撮影有)	東体メイン(YEARS) 11:00~12:50 飛込教室(浮上がり&計測)		
プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください	東体サブ(YEARS) 13:00~14:30 ベーシック+ コズミック (Asr) 20:10~20:55 背泳ぎ 20:55~21:40 クロール	4月のレッスンお申し込みは 3/1(金)9:00~です					

4月ベーシック3回(4/15.22。5/13)
 4月ベーシックプラス4回(4/2.9.16.23)。4/30は5月分
 4月レーシング4回(3/28。4/4.11.18)。4/25は5月分