



水曜

|        | スクール                          | 指導員 | スクール                        | 指導員 | スクール                     | 指導員   | スクール | 指導員 | スクール | 指導員 |
|--------|-------------------------------|-----|-----------------------------|-----|--------------------------|-------|------|-----|------|-----|
| 10:00～ | 初級                            | 矢部  | 中級                          | 井上  | 膝痛改善<br>ワンポイント<br>10:25～ | 岡崎    |      |     |      |     |
| 11:00～ | 上級                            | 井上  | アクアビック<br>パワーハイドロ<br>11:10～ | 松浦  | アクアダンス                   | セルツアー |      |     |      |     |
| 12:00～ | マスターズ<br>(登録制)                | 井上  | 基礎トレ                        | 江成  |                          |       |      |     |      |     |
| 13:00～ | 中級                            | 松田  | 上級                          | 羽生  | 基礎トレ<br>復習               | 江成    |      |     |      |     |
| 14:05～ | アクアダンス<br>ショート<br>14:05～14:35 | 藤江  |                             |     |                          |       |      |     |      |     |
| 15:00～ | アクアケア<br>コース                  | 羽生  |                             |     |                          |       |      |     |      |     |
| 19:30～ | 初級                            | 村瀬  | 中級                          | 河原  | 上級                       | 上林    |      |     |      |     |
| 20:30～ | ロングスイム                        | 河原  |                             |     |                          |       |      |     |      |     |

木曜

|        | スクール               | 指導員  | スクール                      | 指導員 | スクール            | 指導員  | スクール                      | 指導員 | スクール | 指導員 |
|--------|--------------------|------|---------------------------|-----|-----------------|------|---------------------------|-----|------|-----|
| 6:30～  | トライアスロン<br>(ベーシック) | 外部講師 |                           |     |                 |      |                           |     |      |     |
| 10:00～ | らくらく               | 井上   | 中級                        | 江成  | 上級              | 片山   | オリジナル<br>アクアフアン<br>10:10～ | 谷尾  |      |     |
| 11:10～ | 中級                 | 片山   | アクアビック<br>レギュラー<br>11:00～ | 遠藤  | 水中ポール<br>ウォーキング | 外部講師 |                           |     |      |     |
| 12:05～ | アクアダンス             | 藤江   |                           |     |                 |      |                           |     |      |     |
| 13:00～ | 初めて水泳              | 羽生   | 初級                        | 碓氷  | 上級              | 松田   |                           |     |      |     |
| 14:10～ | リフレッシュ<br>水泳       | 城原   |                           |     |                 |      |                           |     |      |     |
| 19:30～ | 中級                 | 松浦   | 上級                        | 河原  |                 |      |                           |     |      |     |
| 20:30～ | トライアスロン<br>(マスター)  | 外部講師 | ワンポイント<br>20:40～21:30     | 河原  |                 |      |                           |     |      |     |

金曜

|        | スクール                           | 指導員 | スクール                  | 指導員 | スクール                        | 指導員 | スクール            | 指導員 | スクール | 指導員 |
|--------|--------------------------------|-----|-----------------------|-----|-----------------------------|-----|-----------------|-----|------|-----|
| 10:00～ | 初級<br>10:30～                   | 矢部  | 中級                    | 遠藤  | 上級                          | 片山  | ウォーキング<br>&シェイプ | 安田  |      |     |
| 11:10～ | 中級                             | 片山  | 上級                    | 松田  | アクアビック<br>パワーハイドロ<br>11:00～ | 遠藤  |                 |     |      |     |
| 13:00～ | 中級                             | 阿部  | 上級                    | 上林  | アクアファン<br>ステップ<br>13:10～    | 谷尾  |                 |     |      |     |
| 14:00～ | 游楽クラブ<br>(膝痛改善)<br>14:05～14:55 | 碓氷  | アクアダンス<br>14:00～14:45 | 小林  |                             |     |                 |     |      |     |
| 15:00～ | アクアケア<br>コース                   | 阿部  |                       |     |                             |     |                 |     |      |     |
| 19:30～ | 初級                             | 松浦  | 中級                    | 中村  | 上級                          | 羽生  |                 |     |      |     |
| 20:35～ | ロングスイム                         | 松浦  |                       |     |                             |     |                 |     |      |     |

土曜

|        | スクール              | 指導員  | スクール            | 指導員 | スクール | 指導員 | スクール | 指導員 | スクール | 指導員 |
|--------|-------------------|------|-----------------|-----|------|-----|------|-----|------|-----|
| 6:30～  | トライアスロン<br>(マスター) | 外部講師 |                 |     |      |     |      |     |      |     |
| 10:00～ | 中級                | 片山   | 上級              | 村瀬  |      |     |      |     |      |     |
| 11:00～ | 中級                | 道村   | アクアビック<br>レギュラー | 篠田  |      |     |      |     |      |     |
| 12:15～ | フォーミング            | 中野   |                 |     |      |     |      |     |      |     |
| 13:10～ | 上級                | 片山   |                 |     |      |     |      |     |      |     |
| 19:50～ | 中級                | 松浦   | 上級              | 松田  |      |     |      |     |      |     |
| 20:55～ | ロングスイム            | 松田   | フォーミング          | 松浦  |      |     |      |     |      |     |

