



令和6年 7月 LESSON MENU



はるおかスイミングスクール 和白校

TEL (092) 605-1515

		10:30~	11:00~	11:30~	12:00~			14:20~14:45				
モーニング 	月		♥水中♥ エアロビクス	上級 クロール	初級 バタフライ 上級 トレーニング	デイ 	月	バレーボール	ナイト 	月		♥水中♥ エアロビクス
	火	バレーボール	水中運動	初級 基礎レッスン	上級 バタフライ		火	♥水中♥ エアロビクス		火	平泳ぎ	トレーニング
	水		♥水中♥ エアロビクス	上級 背泳ぎ	初級 平泳ぎ 上級 トレーニング		水	バレーボール (コーチ無し)		水	バタフライ	背泳ぎ
	木	バレーボール	水中運動	初級 背泳ぎ	上級 バタフライ		木	水中運動		木	クロール	トレーニング
	金		♥水中♥ エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 クロール 上級 トレーニング		金	泳法レッスン (種目は何でもOK!)		金		♥水中♥ エアロビクス
	土	バレーボール	♥水中♥ エアロビクス	初・ 上級	①②週目 スイム&ラン ③④週目 スタートターン		土			土		

7/22~27は夏休み教室開催の為、子供用プールは10:30からのご利用となります。

今月の休校日 7/15(月・祝)、29(月)、30(火)、31(水)