

2020年 3月 ATYスケジュール表(訂正版)

月		火		水		木		金		土		日	
※スイムレッスンは青色表記、トレーニングジムレッスンは黒色表記で記載しております。											1		
2		3		4		5		6		7		8	
9		10		11		12		13		14		15	
16	ATYジム 10:00～11:00初級	17	辰巳サブ⑦ 11:00～12:50 ビデオクリニック 辰巳メイン⑩ 13:00～14:30飛込み	18		19	ATYジム 10:00～11:00初級	20		21		22	
	ATYジム 18:00～19:00 セミパーソナル 19:00～20:00 セミパーソナル		ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル				ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル						
23	ATYジム 10:00～11:00初級	24	辰巳サブ⑥ 11:00～11:55中個メ 11:55～12:50/パタ教 辰巳メイン⑦ 13:00～14:30フィン	25		26	ATYジム 10:00～11:00初級	27		28		29	
	ATYジム 18:00～19:00 セミパーソナル 19:00～20:00 セミパーソナル		ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル				ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル		辰巳メイン⑧ 13:00～14:30スプ				
	ATYジム 18:00～19:00 セミパーソナル 19:00～20:00 セミパーソナル		ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル				ATYジム 19:00～20:00 瞬発トレーニング 20:00～21:00 ウエイトサークル		ATYジム 18:00～19:00 セミパーソナル 19:00～20:00 セミパーソナル				
30		31	ATYジム 20:00～21:00 ウエイトサークル	スプ = スプリントマスターズ フィン = フィンマスターズ 中個メ = 中級個人メドレー 【イベント】 ビデオクリニック ※詳細はブログで発表しています。									