

2020年7月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>7月のレッスン受付は 6月25日(木)9:00~となります。</p> <p>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。</p> <p>場所がわからない方はお手数 ですが、お問い合わせください。</p>		1	2 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>西葛西(25m×1) 13:00~13:55平教 13:55~14:50クロ教</p> <p>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</p>	3 <p>鷺宮(25×2) 11:00~11:55/バタ教 11:55~12:50背教 鷺宮(25m×1) 13:00~13:55 Fin教 13:55~14:50クロ教</p> <p>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</p>	4	5 <p>パーソナル トレーニング プライベート レッスン 承ります</p>
6 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>一般入場 PV 13:30~14:25 PV 15:00~15:55</p> <p>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</p>	7 <p>鷺宮(25m×2) 11:00~11:55背教 11:55~12:50 Fln教 鷺宮(25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50クロ教</p> <p>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</p>	8	9 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>西葛西(25m×1) 13:00~13:55平教 13:55~14:50背教</p> <p>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</p>	10 <p>鷺宮(25×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50平教 鷺宮(25m×1) 13:00~13:55 Fin教 13:55~14:50バタ教</p> <p>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</p>	11	12 <p>パーソナル トレーニング プライベート レッスン 承ります</p>
13 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>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</p>	14 <p>鷺宮(25m×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50 Fln教 鷺宮(25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50背教</p> <p>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</p>	15	16 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>西葛西(25m×2) 13:00~13:55平教 13:55~14:50/バタ教</p> <p>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</p>	17 <p>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</p>	18	19 <p>パーソナル トレーニング プライベート レッスン 承ります</p>
20 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>一般入場 PV 13:30~14:25 PV 15:00~15:55</p> <p>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</p>	21 <p>西葛西(25m×2) 12:30~13:25背教 13:25~14:20平教</p> <p>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</p>	22	23	24	25	26 <p>品川(25m×3) 13:00~15:00 スイムサークル</p>
27 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>一般入場 PV 13:30~14:25 PV 15:00~15:55</p> <p>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</p>	28 <p>西葛西(25m×2) 12:30~13:25/バタ教 13:25~14:20背教</p> <p>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</p>	29	30 <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>西葛西(25m×2) 13:00~13:55平教 13:55~14:50クロ教</p> <p>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</p>	31 <p>三鷹(25m×2) 13:30~15:00 スプリント マスターズ (定員9名)</p> <p>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</p>	<p>【定員について】 鷺宮 1レーンの場合 定員 4名 2レーンの場合 定員 9名</p> <p>西葛西 1レーン 定員 8名 ※西葛西のレッスンは2レッスン セットでのお申込みのみと させていただきます。</p>	