

2020年 9月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
	1 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55/バタ教 12:55~13:50 背教 13:50~14:45初個メ	2 一般入場 PV 11:00~11:55 PV 12:30~13:25	3 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50 Fin教	4 鷺宮 (25m×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50/バタ教	5	6 未定
	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		
7 ATYジム 10:00~11:00初級	8 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55/バタ教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45 Fin教	9 一般入場 PV 11:00~11:55 PV 12:30~13:25	10 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50 背教	11 鷺宮 (25m×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50 平教 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:30 スプ	12	13 未定
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		
14 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50 背教	15 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55 背教 12:55~13:50初個メ 13:50~14:45 Fin教	16 一般入場 PV 11:00~11:55 PV 12:30~13:25	17 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50クロ教	18 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:30フィン	19	20
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		
21	22	23 一般入場 PV 11:00~11:55 PV 12:30~13:25	24 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50/バタ教	25 鷺宮 (25m×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50 背教 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:30 スプ	26	27 未定
			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		
28 ATYジム 10:00~11:00初級 中野 (25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50クロ教	29 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55 背教 12:55~13:50 平教 13:50~14:45 Fin教	30 一般入場 PV 11:00~11:55 PV 12:30~13:25	<p>9月のレッスン受付は8月10日(月)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>開催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>			
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					