

2021年 8月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>8月のレッスン受付は7月10日(土)9:00~となります。</p> <p>スイムレッスンは青色表記、トレーニングジムでのレッスンは黒色表記で記載しております。</p>						<p>1</p> <p>品川(25m×3) 13:00~15:00 スイムサークル (会員外参加OK)</p>
<p>2</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p>	<p>3</p> <p>ATYジム 10:00~11:00 お試し初級筋トレ (8月限定)</p>		<p>5</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>三鷹(25m×1) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50クロ教</p>	<p>6</p> <p>三鷹(25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50 背教</p>		<p>8</p> <p>品川(25m×3) 13:00~15:00 4泳法教室 (会員外参加OK)</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>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>		<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>	<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>9</p>	<p>10</p> <p>三鷹(25m×1) 9:15~10:45 水中動作練習会</p>		<p>12</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>三鷹(25m×1) 13:00~13:55クロ教 13:55~14:50 背教</p>	<p>13</p> <p>三鷹(25m×1) 11:00~11:55/バタ教 11:55~12:50 平教</p>		<p>15</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>		<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>	<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>16</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>三鷹(25m×1) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50クロ教</p>	<p>17</p> <p>ATYジム 10:00~11:00 お試し初級筋トレ (8月限定)</p>		<p>19</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>三鷹(25m×2) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50 背教</p>	<p>20</p> <p>三鷹(25m×2) 13:00~14:30 個メマスターズ</p>		<p>22</p> <p>品川(25m×3) 13:00~15:00 スイムサークル (会員外参加OK)</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>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>		<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>	<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>23</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p>	<p>24</p> <p>ATYジム 10:00~11:00 お試し初級筋トレ (8月限定)</p>		<p>26</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p>	<p>27</p> <p>三鷹(25m×1) 11:00~11:55 平教 11:55~12:50クロ教 三鷹(25m×1) 13:00~14:30 スプリントマスターズ</p>		<p>29</p> <p>品川(25m×3) 13:00~15:00 4泳法教室 (会員外参加OK)</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>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>		<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>	<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>30</p> <p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>三鷹(25m×1) 13:00~13:55/バタ教 13:55~14:50 背教</p>	<p>31</p> <p>ATYジム 10:00~11:00 お試し初級筋トレ (8月限定)</p>	<p>25m×1レーンの場合は定員は8名となります。 25m×2レーンの場合は通常通り定員10名となります。</p> <p>お試し初級筋トレは定員4名となります。 全4回ご参加の方を優先させていただきます。 料金は1回2,200円となります。</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>						