

2021年 9月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>9月のレッスン受付は 8月5日(木)9:00~ となります。</p> <p>スイムレッスンは青色表記 トレーニングジムでのレッスンは 黒色表記で記載しております。</p>		1	2	3	4	5
			<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45 平教 13:45~14:40 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>	<p>鷺宮(25m×2) 11:00~12:30 スプリントマスターズ 鷺宮(25m×1) 13:00~13:55/パタ教 13:55~14:50初個メ</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>パーソナル トレーニング プライベート レッスン 予約承ります。</p>
6	7	8	9	10	11	12
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p>	<p>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55/パタ教 12:55~13:50 平教 13:50~14:45 Fin教</p>		<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45 平教 13:45~14:40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>	<p>鷺宮(25m×2) 11:00~12:30 個メマスターズ 鷺宮(25m×1) 13:00~13:55 背教 13:55~14:50初個メ</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>品川(25m×3) 13:00~15:00 4泳法教室 (会員外参加OK)</p>
13	14	15	16	17	18	19
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~14:20 水中動作練習会</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>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55 背教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45 Fin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>		<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45/パタ教 13:45~14:40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>	<p>鷺宮(25m×1) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50初個メ</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>		
20	21	22	23	24	25	26
	<p>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55/パタ教 12:55~13:50 背教 13:50~14:45 Fin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>		<p>パーソナル トレーニング プライベート レッスン 予約承ります。</p>	<p>鷺宮(25m×2) 11:00~12:30 スプリントマスターズ 鷺宮(25m×1) 13:00~13:55クロ教 13:55~14:50初個メ</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>品川(25m×3) 13:00~15:00 4泳法教室 (会員外参加OK)</p>
27	28	29	30	<p>金曜日13:00~と13:55~のレッスンは 25m×1レーンとなりますので、定員を 8名とさせていただきます。</p> <p>初級個人メドレーのレッスンは直前の 泳法教室で行った種目以外の3種目を 行いますので予め、ご了承ください。</p>		
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~14:20 水中動作練習会</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>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55 平教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45 Fin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>		<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45/パタ教 13:45~14:40 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>			