

# 2021年 10月 ATYスケジュール表

月		火		水		木		金		土		日			
<p>10月のレッスン受付は<b>9月10日(金)</b> 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		<p>未定</p>	
								<p>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>					
4		5		6		7		8		9		10		<p>未定</p>	
<p>ATYジム 10:00～11:00初級  辰巳メイン⑩ 13:00～14:30 飛び込み教室</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 10:00～11:00初級  中野 (25m×2) 12:50～13:45/パタ教 13:45～14:40 平教</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 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>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>									
11		12		13		14		15		16		17		<p>未定</p>	
<p>ATYジム 10:00～11:00初級  中野 (25m×2) 12:50～13:45/パタ教 13:45～14:40ターン</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 10:00～11:00初級  中野 (25m×2) 12:50～13:45 背教 13:45～14:40クロ教</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>							
<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>									
18		19		20		21		22		23		24		<p>未定</p>	
<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  中野 (25m×2) 12:50～13:45 背教 13:45～14:40 平教</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>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>									
25		26		27		28		29		30		31		<p>未定</p>	
<p>ATYジム 10:00～11:00初級  中野 (25m×2) 12:50～13:45 背教 13:45～14:40ターン</p>		<p>辰巳メイン⑧ 11:00～12:30 飛び込み教室 辰巳サブ⑤ 13:00～14:30 個メマスターズ</p>		<p>ATYジム 10:00～11:00初級  中野 (25m×2) 12:50～13:45/パタ教 13:45～14:40クロ教</p>		<p>辰巳サブ④ 11:00～12:50 水中ビデオ 辰巳メイン⑤ 13:00～14:30 スプリントマスターズ</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 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>									