

2022年 6月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>6月26日(日) 4泳法教室の 受付開始は 6月1日(水)9:00~ となります。</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バタ教 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×2) 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>原宿(50m×1) 12:00~13:30 スイムサークル</p> <p>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>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 平教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45フィン</p>	<p>武蔵野(25m×1) 12:00~13:30 ワンポイント</p>	<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45バタ教 13:45~14:40 背教</p>	<p>鷺宮(25m×2) 11:00~11:55 平教 11:55~12:50バタ教 鷺宮(25m×2) 13:00~14:30 スプリントマスターズ</p>	<p>東京都社会人 チーム対抗戦 (辰巳長水路)</p>	<p>東京都社会人 チーム対抗戦 (辰巳長水路)</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>		
13	14	15	16	17	18	19
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>東体(50m×1) 13:00~14:30 スタート&スプリント</p>	<p>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55バタ教 12:55~13:50 背教 13:50~14:45フィン</p>		<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45クロ教 13:45~14:40 平教</p>	<p>鷺宮(25m×2) 13:00~14:30 個メマスターズ</p>		<p>原宿(50m×1) 12:00~13:30 スイムサークル</p> <p>プライベート レッスン 予約承ります。</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>	<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>		
20	21	22	23	24	25	26
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>東体(50m×1) 13:00~14:30 スタート&スプリント</p>	<p>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55 平教 12:55~13:50 背教 13:50~14:45フィン</p>	<p>武蔵野(25m×1) 12:00~13:30 ワンポイント</p>	<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>中野(25m×2) 12:50~13:45バタ教 13:45~14:40 背教</p>	<p>鷺宮(25m×2) 11:00~11:55クロ教 11:55~12:50バタ教 鷺宮(25m×2) 13:00~14:30 スプリントマスターズ</p>		<p>品川(25m×3) 13:00~15:00 4泳法教室</p> <p>プライベート レッスン 予約承ります。</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>	<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>		
27	28	29	30	<p>・スイムサークル追加いたしました。 ※長水路、素足で100mを2分 サークルで回れる方対象</p> <p>・水曜日のワンポイントは武蔵野 市民プールで開催しております。 定員7名、3,300円(税込)</p>		
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>東体(50m×1) 13:00~14:30 スタート&スプリント</p>	<p>鷺宮(25m×2) 12:00~12:55バタ教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45ターン</p>		<p>中野(25m×2) 12:50~13:45 平教 13:45~14:40 背教</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>	<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>					