

2022年 8月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
ATYジム 10:00～11:00初級 辰日メイン⑤ 13:00～14:30 飛び込み教室	味スタ(25m×2) 13:00～13:55 平教 13:55～14:50 背教		ATYジム 10:00～11:00初級 味スタ(25m×2) 13:00～13:55/バタ教 13:55～14:50 平教			品川(25m×3) 13:00～15:00 4泳法教室 プライベート レッスン 予約承ります。
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		
8	9	10	11	12	13	14
ATYジム 10:00～11:00初級 味スタ(50m×1) 13:00～14:30 ターン&スプリント	味スタ(25m×2) 13:00～13:55/バタ教 13:55～14:50クロ教	三鷹(25m×1) 13:00～14:30 ワンポイント		味スタ(25m×2) 11:00～12:30 個々マスターズ		品川(25m×3) 10:00～12:00 4泳法教室 プライベート レッスン 予約承ります。
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 18:00～19:00 セミパーソナル 19:00～20:00 セミパーソナル	辰日サブ④⑤ 15:00～16:50 スイムサークル	
15	16	17	18	19	20	21
ATYジム 10:00～11:00初級 味スタ(50m×1) 13:00～14:30 ターン&スプリント	味スタ(25m×2) 13:00～13:55/バタ教 13:55～14:50 背教		ATYジム 10:00～11:00初級 味スタ(25m×2) 13:00～13:55 平教 13:55～14:50 背教	味スタ(25m×2) 11:00～12:30 スプリントマスターズ		品川(25m×3) 13:00～15:00 4泳法教室 プライベート レッスン 予約承ります。
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		
22	23	24	25	26	27	28
ATYジム 10:00～11:00初級 味スタ(50m×1) 13:00～14:30 ターン&スプリント	味スタ(25m×2) 13:00～13:55/バタ教 13:55～14:50クロ教		ATYジム 10:00～11:00初級	味スタ(25m×2) 11:00～12:30 個々マスターズ		
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		
29	30	31	8月のレッスン受付は 7月5日(火)9:00～ となります。 7月、8月のターン&スプリントのクラスは 都度申し込み3,300円(税込)にて受け付 けております。			
味スタ(50m×1) 13:00～14:30 ターン&スプリント	味スタ(25m×2) 13:00～13:55 平教 13:55～14:50 背教	三鷹(25m×1) 11:00～12:30 ワンポイント				