

2022年 9月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>9月4日(日) 4泳法教室の 受付開始は 8月25日(木)9:00~ となります</p>			1	2	3	4
			<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>辰巳メイン⑥ 13:00~14:30 飛び込み教室</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パタ教 13:55~14:50 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>パーソナル トレーニング 予約承ります</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>	
5	6	7	8	9	10	11
<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>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 背教 13:50~14:45フィン</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>武蔵野(25m×1) 11:00~12:30 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×2) 11:00~12:30 スプリントマスターズ 鷺宮 (25m×1) 13:00~13:55初個メ 13:55~14:50ターン</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 予約承ります</p> <p>プライベート レッスン 予約承ります</p>
12	13	14	15	16	17	18
<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>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パタ教 12:55~13:50クロ教 13:50~14:45フィン</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>辰巳メイン⑥ 13:00~14:30 飛び込み教室</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 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>		
19	20	21	22	23	24	25
	<p>鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55パタ教 12:55~13:50 平教 13:50~14:45フィン</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>武蔵野(25m×1) 11:00~12:30 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 背教 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>辰巳杯</p>
26	27	28	29	30	<p>25m×1レーンの レッスンは定員を 7名とさせていただきます</p>	
<p>ATYジム 10:00~11:00初級</p> <p>辰巳メイン⑦ 13:00~14:30 飛び込み教室</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 背教 13:50~14:45フィン</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初個メ 13:55~14:50ターン</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>		