

2024年 3月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
<p>3月のレッスン受付は 2月3日(土)9:00～ となります</p>				1	2	3
				<p>アクアメイン⑧ 11:00～12:50 スイムサークル アクアメイン⑩ 13:00～14:30 飛び込み教室</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>	<p>アクアサブ⑥⑥ 15:00～16:50 スイムサークル</p>	
4	5	6	7	8	9	10
<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 ※スクール(月謝制)</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>	<p>鷺宮(25m×2) 12:00～12:55 パタ教 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>ATYジム 10:00～11:00初級</p> <p>東体(25m×1) 13:00～13:55 平教 13:55～14:50 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>アクアメイン⑩ 11:00～12:30 飛び込み教室 アクアメイン⑩ 13:00～14:50 スイムサークル</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>		<p>プライベート レッスン 予約承ります</p> <p>原宿(50m×1) 18:00～20:00 スイムサークル</p>
11	12	13	14	15	16	17
<p>ATYジム 10:00～11:00初級</p> <p>アクアメイン⑧ 13:00～14:30 スタート&スプリント ※スクール(月謝制)</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 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 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>東体(25m×2) 13:00～13:55 パタ教 13:55～14:50 平教</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) 13:00～14:50 スイムサークル</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>		<p>プライベート レッスン 予約承ります</p> <p>原宿(50m×1) 18:00～20:00 スイムサークル</p>
18	19	20	21	22	23	24
<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 ※スクール(月謝制)</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 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 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>東体(25m×1) 13:00～13:55 パタ教 13:55～14:50 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 個メマスターズ 鷺宮(25m×2) 13:00～14:50 スイムサークル</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>	<p>FIA (千葉国際長水路)</p>	<p>FIA (千葉国際長水路)</p>
25	26	27	28	29	30	31
<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 ※スクール(月謝制)</p> <p>ATYジム 17:30～18:30 セミパーソナル 18:30～19:30 セミパーソナル</p>	<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>ATYジム 10:00～11:00初級</p> <p>東体(25m×1) 13:00～13:55 背教 13:55～14:50 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) 13:00～14:50 スイムサークル</p>		<p>アクアメイン⑨⑩ 13:00～14:50 競泳スタート練習会 ※会員外参加OK ※ジュニア参加OK</p> <p>詳しくはブログで 発表いたします</p>