

2025年 7月 ATYスケジュール表

月	火	水	木	金	土	日
	1 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55 バタ教 12:55~13:50 背教 13:50~14:45 フィン ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	2	3 ATYジム 10:00~11:00初級 アクアサブ①② 13:00~13:55 平教 13:55~14:50 クロ教 ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	4 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:50 スイムサークル 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	5	6 アクアメイン⑦⑧ 13:00~14:50 スイムサークル アクアメイン⑦⑧ 15:00~16:50 競泳スタート練習会
7 ATYジム 10:00~11:00初級 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)	8 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55 背教 12:55~13:50 クロ教 13:50~14:45 ターン ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	9 アクアメイン⑦⑧ 11:00~12:50 ロング(L) ディスタンス(D) スクール(S) ※スクール(月謝制)	10 ATYジム 10:00~11:00初級 アクアサブ①② 13:00~13:55 バタ教 13:55~14:50 平教 ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	11 鷺宮 (25m×2) 11:00~12:50 スイムサークル 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:50 ターンと水中動作 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	12	13 プライベート レッスン 予約承ります 原宿(50m×1) 18:00~20:00 スイムサークル
14 ATYジム 10:00~11:00初級 味スタ(50m×1) 13:00~14:30 スタート&スプリント ※スクール(月謝制)	15 鷺宮 (25m×2) 12:00~12:55 平教 12:55~13:50 クロ教 13:50~14:45 フィン ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	16	17 ATYジム 10:00~11:00初級 アクアサブ①② 13:00~13:55 バタ教 13:55~14:50 背教 ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	18 鷺宮 (25m×1) 13:00~14:50 スイムサークル 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	19	20 プライベート レッスン 予約承ります 原宿(50m×1) 18:00~20:00 スイムサークル
21 アクアメイン⑨⑩ 15:00~16:50 競泳スタート練習会	22 味スタ(25m×2) 13:00~13:55 バタ教 13:55~14:50 平教 ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	23 アクアメイン⑤⑥ 11:00~12:50 ロング(L) ディスタンス(D) スクール(S) ※スクール(月謝制)	24 ATYジム 10:00~11:00初級 アクアサブ④⑤ 13:00~13:55 背教 13:55~14:50 クロ教 ATYジム 19:00~20:00 セミパーソナル 20:00~21:00 ウェイトサークル	25 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 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	26	27 アクアサブ③④ 13:00~14:50 4泳法教室 アクアサブ①② 15:00~16:50 スイムサークル
28 ATYジム 10:00~11:00初級 アクアメイン⑥ 13:00~14:30 スタート&スプリント ※スクール(月謝制)	29 味スタ(25m×2) 13:00~13:55 平教 13:55~14:50 背教	30	31	7月のレッスン受付は 6月7日(土)9:00~ となります		