

2026年7月 スタッフレッスン担当表（プール）

月	時間	レッスン名		6日	13日	20日	27日	
	10:20~11:20	大人スイムスクール		さいとう	さいとう	さいとう	さいとう	
	12:40~13:10	はじめてプール		さいとう	さいとう	さいとう	さいとう	
	13:20~13:50	月替わりスイム		さいとう	さいとう	さいとう	さいとう	
	14:00~15:00	マスターズ60		さいとう	さいとう	さいとう	さいとう	
	20:30~21:15	スイムトレーニング						
火	時間	レッスン名		7日	14日	21日	28日	
	10:15~10:45	有料マンツーマンスイム		たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	
	10:55~11:25	週替わりスイム		たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	
	11:35~12:05	週替わりスイム		たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	
	12:15~13:15	大人スイムスクール		たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	たなか(の)	
	13:30~14:00	水中ウォーク30		くずかわ	やまむら	くずかわ	やまむら	
	14:15~14:45	スイムトレーニング						
水	時間	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日	
	11:00~12:00	大人スイムスクール	さいとう	さいとう	さいとう	休講	さいとう	
	12:15~13:00	マスターズ45	さいとう	さいとう	さいとう	ふくもり	さいとう	
	13:15~14:15	大人スイムスクール	さいとう	さいとう	さいとう	休講	さいとう	
	15:00~15:30	スイムトレーニング						
金	時間	レッスン名	3日	10日	17日	24日	31日	
	11:00~11:30	はじめてプール	きばやし	きばやし	きばやし	きばやし	きばやし	
	12:40~13:10	水中ウォーク30	くずかわ	やまむら	くずかわ	くずかわ	こう	
	13:20~14:20	マスターズ60	きばやし	きばやし	きばやし	きばやし	きばやし	
	20:30~21:00	スイムトレーニング						
土	時間	レッスン名	4日	11日	18日	25日		
	13:30~14:00	はじめてプール	たなか(の)	さいとう	たなか(の)	ふくもり		
	14:10~14:40	週替わりスイム	たなか(の)	さいとう	たなか(の)	ふくもり		
	14:50~15:20	有料マンツーマンスイム	たなか(の)	休講	たなか(の)	休講		
	15:30~16:15	スイムトレーニング						
日	時間	レッスン名	5日	12日	19日	26日		
	12:20~12:50	スイムトレーニング						

※都合により、担当インストラクター及びプログラムが変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

週替わりスイムレッスン内容

火曜日 10:55 7日バタフライ 14日背泳ぎ 21日平泳ぎ 28日クロール

火曜日 11:35 7日クロール 14日平泳ぎ 21日背泳ぎ 28日バタフライ

土曜日 14:10 4日背泳ぎ 11日平泳ぎ 18日クロール 25日バタフライ

月替わりスイムレッスン内容

はじめてバタフライ