

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 |  |
|---|-------------|------------------|------|-----|------|------|-----|--|
|   | 13:00~14:00 | 大人スイムスクール【平泳ぎ】   |      | ひおか | ひおか  | ひおか  | ひおか |  |
| 水 | 時間          | レッスン名            | 1日   | 8日  | 15日  | 22日  | 29日 |  |
|   | 11:40~12:10 | はじめてプール          | あらが  | あらが | あらが  | あらが  | あらが |  |
|   | 12:20~13:20 | 大人スイムスクール【バタフライ】 | あらが  | あらが | あらが  | あらが  | あらが |  |
|   | 12:20~13:20 | 大人スイムスクール【平泳ぎ】   | いさ   | いさ  | いさ   | いさ   | いさ  |  |
|   | 13:30~14:30 | スイムトレーニング        |      |     |      |      |     |  |
|   | 20:00~21:00 | スイムトレーニング        |      |     |      |      |     |  |
| 木 | 時間          | レッスン名            | 2日   | 9日  | 16日  | 23日  | 30日 |  |
|   | 10:20~10:50 | 水中ウォーク30         | ひおか  | ひおか | ひおか  | ひおか  | ひおか |  |
|   | 11:00~11:30 | はじめてプール          | ひおか  | ひおか | ひおか  | ひおか  | ひおか |  |
|   | 13:00~14:00 | 大人スイムスクール【クロール】  | いさ   | いさ  | いさ   | いさ   | いさ  |  |
|   | 13:00~14:00 | 大人スイムスクール【バタフライ】 | ひおか  | ひおか | ひおか  | ひおか  | ひおか |  |
|   | 20:00~21:00 | 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 |  |
|   | 12:50~13:20 | ひきしめ水中ウォーク30     | かげいし | しみず | かげいし | かげいし | しみず |  |
|   | 13:30~14:30 | スイムトレーニング        |      |     |      |      |     |  |
|   | 20:00~21:00 | 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  |     |  |
|   | 13:30~14:30 | 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。