店舗：コ・ス・パ 王寺

2026年12月 スタッフレッスン担当表（プール）

月	時間	レッスン名		7日	14日	21日	28日	
	09:30～10:00	ひきしめ水中ウォーク		ひでた	ひでた	ひでた	たてもと	
	10:15～10:45	はじめて月替わり		ひでた	ひでた	ひでた	たてもと	
	11:00～12:00	大人スイムスクール		ひでた	ひでた	ひでた	休講	
火	時間	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日	
	12:15～13:15	大人スイムスクール	たてもと	たてもと	たてもと	たてもと	休講	
水	時間	レッスン名	2日	9日	16日	23日	30日	
	10:00～10:30	スタッフオリジナル30	たてもと	ひでた	しもい	まえかわ	休講	
金	時間	レッスン名	4日	11日	18日	25日		
	09:25～09:55	水中ウォーク30	なかの	なかの	なかの	休講		
	11:00～11:30	はじめて月替わり	なかの	なかの	なかの	なかの		
	11:45～12:45	大人スイムスクール	ながお	ながお	ながお	ながお		

※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。

◆水曜日　10:00～10:30　スタッフオリジナル30
　奇数週：マスターズ　　偶数週：はじめてプール
◆はじめて週替わり
月曜日　１週目：クロール　　２週目：バタフライ　　３週目：背泳ぎ　　４週目：平泳ぎ
金曜日　１週目：クロール　　２週目：バタフライ　　３週目：背泳ぎ　　４週目：平泳ぎ