

2026年10月 スタッフレッスン担当表（プール）

月	時間	レッスン名		5日	12日	19日	26日	
	12:30～13:00	水中ウォーク30		たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	まつい(の)	たけもと(ひ)	
	13:10～13:55	マスターズ45		たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	
	20:30～21:15	スイムトレーニング		たかおち				
火	時間	レッスン名		6日	13日	20日	27日	
	12:15～12:45	クロール		たけもと(ひ)	まつい(の)	たけもと(ひ)	まつい(の)	
水	時間	レッスン名		7日	14日	21日	28日	
	12:30～13:00	ひきしめ水中ウォーク30		きおか(み)	たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	きおか(み)	
	13:10～13:55	マスターズ45		きおか(み)	たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	きおか(み)	
				たけもと(ひ)	ふじい(ゆ)		たけもと(ひ)	
	20:00～20:30	スイムトレーニング						
金	時間	レッスン名	2日	9日	16日	23日	30日	
	12:25～12:55	週替わりスイム	たけもと(ひ)	まつい(の)	たけもと(ひ)	まつい(の)	たけもと(ひ)	
日	時間	レッスン名	4日	11日	18日	25日		
	11:45～12:15	アクアビクス 入門	すえなが	たがい	うじもと	すえなが		
	12:30～13:00	クロール	かゆかわ	ふじい(ゆ)	かゆかわ	ふじい(ゆ)		
			おかの	おかの	おかの	おかの		
	13:10～13:40	月替わりスイム	かゆかわ	ふじい(ゆ)	かゆかわ	ふじい(ゆ)		
			おかの	おかの	おかの	おかの		

※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。

月替わりスイム：平泳ぎ
週替わりスイム：1週目：はじめてプール 2週目：バタフライ 3週目：背泳ぎ 4週目：平泳ぎ 5週目：スタートターン