

2026年4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	
	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						
火	時間	レッスン名		7日	14日	21日	28日	
	12:15～12:45	クロール		たけもと(ひ)	たけもと(ひ)	まつい(の)	たけもと(ひ)	
水	時間	レッスン名	1日	8日	15日	22日	29日	
	12:30～13:00	ひきしめ水中ウォーク30	きおか(み)	きおか(み)	きおか(み)	たけもと(ひ)	きおか(み)	
	13:10～13:55	マスターズ45	きおか(み)	きおか(み)	きおか(み)	たけもと(ひ)	きおか(み)	
	20:00～20:30	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		
	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)	たけもと(ひ)		
日	時間	レッスン名	5日	12日	19日	26日		
	11:45～12:15	アクアビクス 入門	うじもと	すえなが	たがい	うじもと		
			かゆかわ	かゆかわ	かゆかわ	かゆかわ		
	12:30～13:00	クロール	おかの	おかの	おかの	おかの		
			かゆかわ	かゆかわ	かゆかわ	かゆかわ		
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	かゆかわ	かゆかわ	かゆかわ			
		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：スタートターン 2週目：バタフライ 3週目：背泳ぎ 4週目：平泳ぎ 5週目：はじめてプール