# ★ イトマンスイミングスクール永田台校 タイムテーブル ★

**B：ベビークラス ／ Y：幼児クラス(ペンギン・アシカ・イルカ・クジラ) ／ A：ジュニアクラス(30級～1級)**
**S：特習クラス(初段～十段) ／ T：選手研修クラス ／ D：選手クラス ／ M：スイムレッスンクラス**
**L：ウォーキングクラス ／ AF：アクアフリークラス**

**※M・L・AFは、中学生以上が対象となります。**

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:00 | | | | | | A－9<br>9:50~10:50<br>30級~7級 | A－8<br>10:00~11:00<br>30級~7級 |
| 11:00 | M－0<br>AF－0<br>11:00~12:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー | B－1<br>11:00~11:50<br>全クラス | M－0<br>AF－0<br>11:00~12:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー | B－1<br>11:00~11:50<br>全クラス | M－0<br>AF－0<br>11:00~12:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー | B－1<br>11:00~11:50<br>全クラス<br>Y－1<br>11:00~11:50<br>ペンギン<br>アシカ・イルカ | A－9<br>S－5<br>11:05~12:05<br>18級~1級<br>特習<br>高学年 |
| 12:00 | 12:00~12:20自由遊泳<br>【M・AF-0クラスのみ】 | | 12:00~12:20自由遊泳<br>【M・AF-0クラスのみ】 | | 12:00~12:20自由遊泳<br>【M・AF-0クラスのみ】 | | M・AF・L－0<br>12:10~13:30<br>スイムレッスン・アクアフリー<br>アクアウォーキング<br>ワンポイントレッスン<br>12:30~13:15 |
| 13:00 | L－0<br>12:20~13:00<br>アクアウォーキング | | | | L－0<br>12:20~13:00<br>アクアウォーキング | | |
| 14:00 | | | | | | Y－2<br>13:30~14:20<br>ペンギン<br>アシカ<br>A－2<br>13:30~14:30<br>30級~12級 | |
| 15:00 | | | | | | Y－3<br>14:35~15:25<br>イルカ<br>クジラ<br>A－3<br>14:35~15:35<br>30級~7級 | |
| 16:00 | Y－3<br>15:25~16:15<br>全クラス<br>A－3<br>15:25~16:25<br>30級~12級 | Y－3<br>15:25~16:15<br>全クラス<br>A－3<br>15:25~16:25<br>30級~12級 | Y－3<br>15:25~16:15<br>全クラス<br>A－3<br>15:25~16:25<br>30級~12級 | Y－3<br>15:25~16:15<br>全クラス<br>A－3<br>15:25~16:25<br>30級~12級 | Y－3<br>15:25~16:15<br>全クラス<br>A－3<br>15:25~16:25<br>30級~12級 | A－4<br>15:40~16:40<br>30級~4級 | |
| 17:00 | A－4<br>16:30~17:30<br>30級~4級 | A－4<br>16:30~17:30<br>30級~4級 | A－4<br>16:30~17:30<br>30級~4級 | A－4<br>16:30~17:30<br>30級~4級 | A－4<br>16:30~17:30<br>30級~4級 | A－5<br>S－5<br>16:45~17:45<br>18級~1級<br>特習 | |
| 18:00 | A－5<br>S－5<br>17:35~18:35<br>18級~1級<br>特習<br>T－2<br>17:35~19:00<br>研修 | A－5<br>S－5<br>17:35~18:35<br>18級~1級<br>特習<br>T－2<br>17:35~19:00<br>研修 | A－5<br>S－5<br>17:35~18:35<br>18級~1級<br>特習<br>T－2<br>17:35~19:00<br>研修 | A－5<br>S－5<br>17:35~18:35<br>18級~1級<br>特習<br>T－2<br>17:35~19:00<br>研修 | A－5<br>S－5<br>17:35~18:35<br>18級~1級<br>特習<br>T－2<br>17:35~19:00<br>研修 | M・AF－0<br>18:00~19:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー<br>高学年 | |
| 19:00 | D－0<br>18:35～20:00<br>選手 | D－0<br>18:35～20:30<br>選手 | D－0<br>18:35～20:00<br>選手 | D－0<br>18:35～20:30<br>選手 | D－0<br>18:35～20:30<br>選手 | | |
| 20:00 | M－0<br>AF－0<br>20:00~21:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー | | M－0<br>AF－0<br>20:00~21:00<br>スイムレッスン<br>アクアフリー | | | | |

イトマンスイミングスクール