

サイズ スクールプログラム

2023/4~

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------------|-------------------------|---------------------------|---|------------------------|---|
| 8 | | | | | | |
| 9 | | | | | | 選手 8:00~ |
| 10 | | マスターズ 10:00~ | 幼児指導 (第2&第4週) 9:50~ | マスターズ 10:00~ | | マスターズ 10:00~ |
| 11 | ロイヤル 11:00~ | フリー ウォーク & スイム | ロイヤル 11:00~ | フリー ウォーク & スイム アクアピクス 11:30~ | ロイヤル 11:00~ | フリー ウォーク & スイム キッズ① 11:00~ |
| 12 | | | | | | AS (シンクロ) |
| 13 | マスターズ 13:00~ | | マスターズ 13:00~ | | マスターズ 13:00~ | |
| 14 | | | | | | キッズ② 13:50~ |
| 15 | キッズ① 15:00~ (幼児) | キッズ① 15:00~ (幼児) | キッズ① 15:00~ (幼児) | キッズ① 15:00~ (幼児) | キッズ① 15:00~ (幼児) | キッズ③ 15:00~ |
| 16 | キッズ② 16:00~ | 選手育成 キッズ② 16:00~ | キッズ② 16:00~ | キッズ② 16:00~ | キッズ② 16:00~ | 選手育成 選手 16:00~ |
| 17 | キッズ③ 17:00~ | キッズ③ 17:00~ | キッズ③ 17:00~ | キッズ③ 17:00~ | キッズ③ 17:00~ | |
| 18 | AS (陸トレ) | 選手育成 | 選手 | 選手育成 選手 AS | 選手 | |
| 19 | 選手 | | | | | |
| 20 | マスターズ 20:00~ | 選手 | マスターズ 20:00~ | 選手 | マスターズ 20:00~ | |
| 21 | | | | | | |