

2024年 11月 YEARS SWIMMING CLUB レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
<p>11月のレッスンお申し込みは 10/1(火)9:00~です</p>				東体サブ (YEARS) 11:00~11:55 飛込 11:55~12:50 浮き上がり 13:00~13:55 スプリント クロール 13:55~14:50 ターン コズミック (Asr) 20:10~21:40 チャレマス	東体メイン (YEARS) 11:00~12:50 飛込教室 (浮上がり & 計測)	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください
				4	5	6
プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください	東体メイン (YEARS) 13:00~14:30 ベーシック+ 都度参加が 可能になりました! コズミック (Asr) 20:10~21:40 中上級マスターズ	東京スイミングセンター 13:00~13:55 パタフライ 13:55~14:50 50m×30本 東体サブ (Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 浮き上がり撮影有 東体サブ (Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東体サブ (YEARS) 11:00~12:30 ビーフィン スプリント	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください
11	12	13	14	15	16	17
東京スイミングセンター 11:00~12:30 ベーシック 12:40~13:35 飛込撮影有 13:35~14:30 50m×30本 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ 都度参加が 可能になりました! コズミック (Asr) 20:10~20:55 平泳ぎ 20:55~21:40 パタフライ	東京スイミングセンター 13:00~13:55 背泳ぎ 13:55~14:50 50m×30本 東体サブ (Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 スプリント パタフライ 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東体メイン (YEARS) 11:00~12:50 飛込教室 (浮上がり & 計測)	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください
18	19	20	21	22	23	24
東京スイミングセンター 13:00~14:30 ベーシック 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ 都度参加が 可能になりました! コズミック (Asr) 20:10~21:40 中上級マスターズ	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください アクアメイン⑥ (カストル) 19:00~20:50 チャレマス 水深1.4m、飛込不可	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 浮き上がり撮影有 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください	プライベート 承っております 時間や場所などは お問い合わせください
25	26	27	28	29	30	
東京スイミングセンター 13:00~14:30 ベーシック 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 ベーシック+ 都度参加が 可能になりました! コズミック (Asr) 20:10~20:55 背泳ぎ 20:55~21:40 クロール	東京スイミングセンター 13:00~13:55 平泳ぎ 13:55~14:50 50m×30本 東体サブ (Ars) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:10~14:40 レーシング 都度参加が 可能になりました! 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東京スイミングセンター 13:00~13:55 飛込撮影有 13:55~14:50 スプリント 平泳ぎ 東体サブ (YEARS) 19:00~20:50 チャレマス	東体メイン (YEARS) 11:00~12:50 飛込教室 (浮上がり & 計測)	

11月ベーシック3回 (11/11.18.25)
 11月ベーシックプラス4回 (11/5.12.19.26)
 11月レーシング4回 (11/7.14.21.28)