



NAS KIDS



スクールカレンダー 2020年10月～2020年12月

NASキッズスクールのお知らせ

【各種お届けについて 全スクール】

クラス変更・休会・退会等のお手続きは、**前月の20日が締切(定休日の場合19日)**です。
当クラブ、フロントにてお手続き下さい。尚、お電話でのお手続きは承っておりません。
※コロナ感染拡大防止特別措置期間に限り、一部のお手続きに関して、「お問い合わせメール」又は「お電話」にて承っております。

【欠席連絡について】お休みされる際はレッスン開始30分前までににご連絡ください。

【振替について】

- スイム、体操、バスケット、空手は各月1回まで振替可能です。
- 親子スイムは各月4回まで振替可能です。
※欠席と振替は、当月のクラスが始まりましたら、お受付が可能となります。
- ダンス、バレエ、フットサルの振替は行っておりません。



キッズスイムスクール (月・火・水・金・土)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|------|------|------|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 9/28 | 9/29 | 9/30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

| 振替受付開始日 | |
|---------|--------------|
| 10月クラス | 9/28 (月) から |
| 11月クラス | 10/26 (月) から |
| 12月クラス | 11/23 (月) から |
| 1月クラス | 1/4 (月) から |
| 2月クラス | 2/1 (月) から |

■キッズスイムスクールに関するお知らせ

- … 進級テスト … 安全水泳 (当面、着衣なしで安全水泳を行います)

【スクール休講日】12月21日(月)～1月2日(土)
【年末年始休業日】12月30日(水)～1月3日(日)
【令和3年スクール開始日・営業開始日】1月4日(月)～

【振替について】

- 欠席、振替はお電話・フロント、又は右記振替システムQRよりお願いいたします。
☆欠席されるクラス開始30分前までにご連絡いただいたものは、翌月クラス末まで振替可能となります。※お時間を過ぎてからの欠席連絡は振替対象外となります。
- 泳法テスト欠席する場合は、泳法テスト週内での振替にてテスト判定を受講いただけます。但し、振替等でテスト週に2回以上出席されてもテスト判定は1回のみとなります。また、欠席等でテスト受けられていない場合、進級判定はございません。
- 各クラス定員制のため振替をお受けできない場合もございます。予めご了承ください。
※一度振替をとったものを、更に別日への変更は致しかねます。ご注意ください。

お休み・振替について

24時間いつでも、連絡・変更が可能なWEBシステムでもご利用いただけます。

振替システムQRコード



親子スイムスクール (火・水・土)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|------|------|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 9/29 | 9/30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

| 振替受付開始日 | |
|---------|--------------|
| 10月クラス | 9/28 (月) から |
| 11月クラス | 10/26 (月) から |
| 12月クラス | 11/23 (月) から |
| 1月クラス | 1/4 (月) から |
| 2月クラス | 2/1 (月) から |

【重要なお知らせ】感染予防及び拡散防止の為、ご理解ご協力をお願いいたします。

- ①別紙「感染拡大防止に関するお願い」をご一読いただきご協力をお願いいたします。
※新規入会の方はご入会手続き時お渡しします。現在休室中の方は復帰後1回目練習日に担当より配布いたします。
- ②お子様の更衣室滞在を短くする為、出席の際は**自宅から水着を着てお越しください。**(帰りに着る下着は忘れないようお持ちください)
- ③換気を目的として、更衣時間・練習時間にロッカー室の扉を開放することがございます。
安全・防犯のため更衣時間以外にお子様が入室しないようご家庭でご指導の程お願いいたします。
- ④『進級テスト後の保護者説明会を中止いたします』
コロナ感染の社会情勢が収束するまで、テスト後に実施しておりました保護者説明会を中止させていただきます。
(プールサイド見学も中止いたします。)テスト結果については現在も使用しておりますチェックリストでご確認ください。
- ⑤保護者様の待機はお車等をお願いいたします。(現在、ギャラリーの見学はご遠慮いただいております)

スポーツクラブNAS稲沢 ☎0587-96-7000

【営業時間】 平日 10:00-23:00
土 10:00-22:00
日・祝 10:00-20:00

〒492-8218 稲沢市西町3-15-54「ニッケタウン稲沢」内 【定休日】 毎週木曜日

体操スクール <池谷体操倶楽部> (水・金・土)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|------|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | 9/30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

■体操スクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】10/10(土)
 12/23(水)～1/2(土)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/6(水)～
…進級テスト

バレエスクール <松岡伶子バレエ団> (月)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|------|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | 9/28 | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

■バレエスクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】12/21(月)・12/28(月)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/4(月)～

ダンススクール <エイバックダンスマスター> (月・水)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|------|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | 9/30 | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

■ダンススクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】12/28(月)～1/4(月)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/6(水)～
…ビデオ撮影
…ビデオアドバイス

空手スクール <仁勇武館> (火・金)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

■空手スクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】12/29(火)～1/1(金)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/5(火)～
…昇段試験

バスケットボールスクール <b j アカデミーバスケットスクール> (火・土)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|------|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 9/29 | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

■バスケットボールスクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】12/22(火)～1/2(土)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/5(火)～
…スキルアップテスト

フットサルスクール <名古屋オーシャンズ> (水)

| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|-----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |
| | | | 1/6 | | | |

■フットサルスクールからのお知らせ

【重要なお知らせ】
 密集を避ける為、保護者様の待機はお車等をお願いいたします。
 【休講日】12/30(水)
 【休業日】12/30(水)～1/3日(日)
 【令和3年スクール開始日】1/6(水)～
 ※12月クラス4週目は1/6(水)になります
…合宿予定日

大人の習い事！ 成人スクール

阿部フラダンス/ (月2回) (フラダンス60 火曜日 11:30~12:30)

クムナニリムヤップの流れを汲むフラをお伝えします。
振付だけでなく、曲の背景・物語からハワイ語もお伝えし、本格的なフラを学んでいただきます。



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

きりんHIP HOP/ (月2回) (HIP HOP50 月曜日 20:00~20:50)

ニューヨークのストリートカルチャーから生まれたダンス。
基本動作をしっかりと行い、3カ月で1曲を仕上げていきます。



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

五十嵐太極拳/ (月2回) (太極拳60 金曜日 11:30~12:30)

簡化24式太極拳動作を何度も繰り返しながら1人でも24式が演武できるようにしていきます。
繰り返すことでより体への効果も期待できます。



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

木村フラダンス/ (月3回) (フラダンス80 月曜日 13:30~14:50)

ハワイのクム、オラナイの振付による優雅で美しいフラになります。
ステップ・ハンドモーション等丁寧に指導します。



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

成人スイム 【★月3回コースSTEP1・2・3 14:30~15:20】 【★月2回コース12:50~13:40】

★担当 杉山★
STEP1 (金曜日)
初心者〜クロール・背泳ぎ
♡担当 大平♡
STEP2 (金曜日)
平泳ぎ・バタフライ
STEP3 (月曜日)
4種目矯正
週2回クラス (水曜日)
楽しく泳ごう



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

トライアスロン/ (月4回) (水曜日 20:30~21:30)

スイムレッスン中心のトライアスロンクラスです。



| 2020年 10月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 2020年 11月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |

| 2020年 12月 | | | | | | |
|-----------|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |