

スポーツクラブラザレム 徳金沢

曜日\時間	コース	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
月 曜日	1			SUI 水中運動	成人	J1 AS11 シェイブダンベル	成人 (上級)	J4 B1 ベビー(初級) ベビー(上級)	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	選手選抜 17:15-19:00	選手選抜 18:30-21:00			
	2			10:30-11:00		12:30-13:00	13:30-14:30		15:00-16:00	16:00-17:15	小学生以上 (10級~S5級)				
	3			成人開放	(初中級・中上級)	成人開放			Z1						
	4			10:00-11:00		12:00-14:30			OS 親子(初級) 親子(上級)	J7	J8				
	5				11:00-12:00										
火 曜日	1			G3 ウォーキング	成人	G1 AS12 シェイブダンベル	成人 (上級)	G4	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	選手選抜 17:15-19:00	選手選抜 18:30-21:00			
	2			10:30-11:00		12:30-13:00	13:30-14:30		15:00-16:00	16:00-17:15	小学生以上 (10級~S5級)				
	3			成人開放	(初中級・中上級)	成人開放			Z2						
	4			10:00-11:00		12:00-14:30				G7	G8	成人種目別レッスン			
	5				11:00-12:00							20:00-21:00			
水 曜日	1			B3 ベビー(初級) ベビー(上級)	成人	D1	成人 (上級)	D2	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	選手選抜 17:15-19:00	選手選抜	成人		
	2			10:00-10:30 10:30-11:00			13:30-14:30		15:00-16:00	16:00-17:15	小学生以上 (10級~S5級)	選手選抜	(初級・中級・上級)		
	3			成人開放	(初中級・中上級)	成人開放			Z3			18:30-20:00	20:00-21:00		
	4			SUI 水中運動		12:00-14:30				D7	D8				
	5			10:30-11:00											
木 曜日	1			SUI 水中運動	成人	K1 AS14 シェイブダンベル	成人 (上級)	K4 B4 ベビー(初級) ベビー(上級)	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	選手選抜 17:15-19:00	選手選抜			
	2			10:30-11:00		12:30-13:00	13:30-14:30		15:00-16:00	16:00-17:15	小学生以上 (10級~S5級)	選手選抜 18:30-21:00			
	3			成人開放	(初中級・中上級)	成人開放			Z4						
	4			10:00-11:00		12:00-14:30			OS 親子(初級) 親子(上級)	K7	K8				
	5				11:00-12:00										
金 曜日	1			B5 ベビー(初級) ベビー(上級)	成人	H1 AS15 シェイブダンベル	成人 (上級)	H4	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	選手選抜 17:15-19:00	選手選抜			
	2			10:00-10:30 10:30-11:00		12:30-13:00	13:30-14:30		15:00-16:00	16:00-17:15	小学生以上 (10級~S5級)	選手選抜 18:30-21:00			
	3			成人開放	(初中級・中上級)	成人開放			Z5						
	4			H3 ウォーキング		12:00-14:30				H7	H8	成人種目別レッスン			
	5			10:30-11:00								20:00-21:00			
土 曜日	1			B6 ベビー(初級) ベビー(上級)	成人	E2	成人 (初級・中上級)	キッズ(幼児園児)コース	幼少・小学生 (10級~S5級)	小学生以上 (10級~S5級)	小学生以上 (S1級~S5級)	成人(初級) 19:00-20:00	成人		
	2			9:30-10:00 10:00-10:30		成人開放	(初中級・中上級)	14:00-15:00	15:00-16:15	16:15-17:30	17:30-18:45	成人種目別レッスン	(中級・上級)		
	3			成人開放		12:30-14:00		Z6			選手選抜	19:00-20:00	20:00-21:00		
	4			10:30-11:15		SUPER MASTERS		OS 親子(初級) 親子(上級)	E7	E8	17:30-19:00	成人開放			
	5			10:00-11:00	E1	12:30-13:30					A10	19:00-20:00	E10		
日 曜日	1	B7	ベビー(初級) ベビー(上級)	幼少・小学生 (10級~7級)	幼少・小学生 (6級~S5級)	成人 (初級~上級)	プール開放								
	2		8:30-9:00 9:00-9:30				13:15-15:00								
	3														
	4	OS	親子(初級) 親子(上級)												
	5		8:30-9:00 9:00-9:30	F1	F2	F3									



Kanazawa