3月レッスンプログラム 高林校 2021年3月~

	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
		プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
			ラジオ体操				 ラジオ体操		ラジオ体操			
	ミドル エアロ	クロール教室	ZUMBA	ショートビクス	ZUMBA	お好み スイム	ベーシックエアロ (小林清美)	ガンガンスイム 45	ボディーメイク (中村)	クロール教室	ZUMBA	クロール教室
	(寺内)	背泳ぎ教室	(村田)	フィンスイム	(小林みよ)	バタフライ教室	(小林消夫)		(中利)	平泳ぎ教室	(小林みよ)	お好みスイム
		バタフライ教室		バタフライ教室	ヨガ	平泳ぎ教室		スタート&ターン		バタフライ教室		プライベート レッスン
		12:10~	代謝UPヨガ	フリーフィン	(野口)	12:05~	12:15~	フリーフィン		フリーフィン		プライベート レッスン
		脂肪バイバイ (小野島)	(塩谷)	12:00-12:30 6、7⊐−ス		アクアビクス (小野島)	ヨガ	12:00-12:30 6、7⊐−ス		12:00-12:30 6、7コース		0922
			13:10~14:00				(岩崎)					
			フラダンス 【基本】			+\47.7.			13:30~			
		おまかせスイム 1時間	(渋沢)	バタフライ教室		お好み スイム		レベルUPスイム 45	小学生 キッズビクス (小1-6)			
				フィンスイム		フィンスイム		フリーフィン	(MARI)	子どもスイミング		お好みスイム 45分
		フリーフィン 6、7コース		フリーフィン 6、7コース		フリーフィン 6、7コース		6, 7⊐-Z	14:40~ 幼児	D		フリーフィン
									キッズビクス (4才-6才) (MARI)	子どもスイミング A		6、7コース
	園児 体操教室 歳~6歳児)	子どもスイミング A	園児 体操教室 (3歳~6歳児)	子どもスイミング A		子どもスイミング A		子どもスイミング A	(101) (1 11)			プライベートレッス
	小学生		小学生							子どもスイミング B	16:30まで 【	
¢	小字主 体操教室 \1~小3)	子どもスイミング B	小字至 体操教室 (小1~小3)	子どもスイミング B	小字至 体操教室 (小1~小3)	子どもスイミング B		子どもスイミング B		フビナフィンンゲ	10:00& C	17:00 区民
	小学生		小学生		小学生					子どもスイミング C		
1	カラエ 体操教室 Jv3~Jv6)	子どもスイミング C	体操教室 (小3~小6)	子どもスイミング C	体操教室 (小3~小6)	子どもスイミング C		子どもスイミング C			無料体縣	募集中!
									18:30~ キッズビクス	選手		
		選手		選手		選手		選手	中学生 (MARI)	コース	アメーバブロ	17
		コース		コース		コース		コース			QRコード→	高級機
												_
											毎週日	曜日
1	\cap	\ - \	\wedge \perp	-	7 ^ /) . (↓ 母とEロ プライベー	

』とし・ししまで【とし・ろし返!!!】