


06月レッスンプログラム 高林校 2022年06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	
10:00	ラジオ体操											
30	ミドルエアロ(寺内)	クロール教室	10:45~ ZUMBA(村田)	ショートピクス	ZUMBA(小林みよ)	お好みスイム(泳力認定)	ベーシックエアロ(小林清美)	ガンガンスイム45	ポディーメイク(HITOMI)	クロール教室	ZUMBA(祐太)	クロール教室
11:00		背泳ぎ教室		フィンスイム		バタフライ教室			↑NEW↑インストラクター!!	平泳ぎ教室		お好みスイム(泳力認定)
30		バタフライ教室		バタフライ教室	11:40~	平泳ぎ教室				バタフライ教室		プライベートレッスン
12:00		12:10~ 脂肪バイバイ(小野島)	12:10~ 代謝UPヨガ(塩谷)	フリーフィン 12:00-12:30 6、7コース	ポディーメイク(中村)	12:05~	12:15~ ヨガ(岩崎)	フリーフィン 12:00-12:30 6、7コース		フリーフィン 12:00-12:30 6、7コース		プライベートレッスン
30					NEW	12:05~ アクアピクス(小野島)						
13:00			13:10~14:00									
30		おまかせスイム1時間	フラダンス【基本】(浅沢)	バタフライ教室		お好みスイム(泳力認定)		レベルUPスイム45	13:30~	小学生キッズピクス(小1-6)(MARI)		お好みスイム45分(泳力認定)
14:00				フィンスイム		フィンスイム&フンポイントレッスン		フリーフィン6、7コース		子どもスイミングD		
30		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			14:40~	幼児キッズピクス(4才-6才)(MARI)		フリーフィン6、7コース
15:00										子どもスイミングA		プライベートレッスン
30	園児体操教室(3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	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		子どもスイミングB		プライベートレッスン
16:00										子どもスイミングC		
30	小学生体操教室(小1~小3)	子どもスイミングB	小学生体操教室(小1~小3)	子どもスイミングB	小学生体操教室(小1~小3)	子どもスイミングB	子どもスイミングB	子どもスイミングB				16:30まで【17:00退館】
17:00												
30	小学生体操教室(小3~小6)	子どもスイミングC	小学生体操教室(小3~小6)	子どもスイミングC	小学生体操教室(小3~小6)	子どもスイミングC	子どもスイミングC	子どもスイミングC				
18:00									18:30~	キッズピクス中学生(MARI)	選手コース	
30		選手コース		選手コース		選手コース	選手コース	選手コース				
19:00												
30												
20:00												
30												

☆毎週水曜日☆
12:00~12:30
ジムのオリエンテーション

ご希望の方は事前に
ご予約下さい。
無料体験募集中!!

アメーバブログ
QRコード→ 

20:00まで【20:30退館】

毎週日曜日
プライベートレッスン
30分=1100円
予約制 受付中!