

# レッスンプログラム 高林校 2023年3/28~31 短期教室レッスンプログラムお知らせ

火曜日 3/28		水曜日 3/29		木曜日 3/30		金曜日 3/31	
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		ラジオ体操	
ミドルエアロ(寺内)	クロール教室	ZUMBA(村田)	ショートピクス	ZUMBA(小林みよ)	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
	背泳ぎ教室		フィンスイム		バクワイ教室		
	バクワイ教室		バクワイ教室	ボディメイク(中村)	平泳ぎ教室		スタート&ターン
	12:10~	代謝UPヨガ(塩谷)	フリーフィン 12:00-12:30 6、7コース		12:05~	12:15~	フリーフィン 12:00-12:30 6、7コース
	脂肪ハイハイ(小野島)				アクアピクス(小野島)	ヨガ(岩崎)	
	短期水泳	13:10~14:00 フラダンス【基本】(渋谷)	短期水泳		短期水泳		短期水泳
	お好みスイム30 14:00~		バクワイ教室 14:00~		お好みスイム30 14:00~		レベルUPスイム30 14:00~
短期体操	フリーフィン 6、7コース	短期体操	フリーフィン 6、7コース	短期体操	フリーフィン 6、7コース	短期体操	フリーフィン 6、7コース
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
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
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
	選手コース		選手コース		選手コース		選手コース

野間スイミングスクール高林校  
公式LINE↓

検索ID @427cygyr



検索IDやQRコードを読み取って  
お友達追加しよう♪

**無料体験募集中!!**



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!

マシジム説明

ご希望の方は事前にご予約下さい。

## 20:00まで【20:30退館】