



12/24(水)~12/27(土)時間&レッスン変更のお知らせ

12/24(水)		12/25(木)		12/26(金)		12/27(土)	
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 10:10~10:20		ラジオ体操 10:10~10:20		ラジオ体操 10:10~10:20		ラジオ体操 10:10~10:20	
モーニングヨガ 10:30~11:20 川西	ジョグ&ウォーク 10:30~11:00	ボルドフラ 10:30~11:20 長	ヌードルウォーク 10:30~11:00	ZUMBA 10:30~11:20 HANAKO	スタート&ターン 10:30~11:00	エアロ&らくらくステップ 川西 10:50~11:40	おえらびスイミング① 10:45~11:15
	はじめてクロール 11:00~11:30		クロールor背泳ぎ教室 11:00~11:30		おえらびスイミング 11:00~11:30		おえらびスイミング② 11:15~11:45
	はじめて背泳ぎ 11:30~12:00	初中級エアロ 11:30~12:20 長	おえらびスイミング 11:30~12:00		おためしフィンスイム 11:30~12:00		
	フリーフィンスイム (パドル可) 12:00~13:00		フリーフィンスイム (パドル可) 12:00~13:00		フリーフィンスイム (パドル可) 12:00~13:00		アクアビクス40 11:55~12:35
	短期水泳教室 13:00~14:00		短期水泳教室 13:00~14:00		短期水泳教室 13:00~14:00		
	ゆっくりスイミング 14:00~14:30		おえらびスイミング 14:00~14:30			ゆったりストレッチ20 14:00~14:20	
	おえらびスイミング 14:30~15:00		らくらくメドレー 14:30~15:00		おえらびスイミング 14:30~15:00		おえらびスイム 14:30~15:00
	フリーフィンスイム (パドル可)15:00~15:30		フリーフィンスイム (パドル可)15:00~15:30		フリーフィンスイム (パドル可)15:00~15:30		フリーフィンスイム (パドル可) 13:00~16:00
園児・小学生体操教室	子ども Aクラス	園児・小学生体操教室	子ども Aクラス	園児・小学生体操教室	子ども Aクラス		
小学生体操教室	子ども Bクラス		子ども Bクラス	小学生体操教室	子ども Bクラス	★27(土)16:15までの営業★	
	子ども Cクラス		子ども Cクラス	JAZZHIPHOP (5歳~小学2年生)	子ども Cクラス		
				JAZZHIPHOP (小学3年~6年生)			

☆24(水)~26(金)は夜のレッスンは通常通りでございます☆