

# 6月変更レッスンプログラム

# 高林校

大変ご迷惑お掛け致します  
ご理解の程、宜しくお願い致します

2020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	スタジオ
10:00	ラジオ体操											
10:30	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	ピラティス(長谷川)	クロール教室	ZUMBA(小林みよ)	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				平泳ぎ教室		お好みスイム
11:30		バタフライ教室		バタフライ	ヨガ(野口)	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
12:00		12:10~				12:05~						プライベートレッスン
12:30		脂肪バイバイ(小野島)	代謝UPヨガ(塩谷)			12:15~	ヨガ(岩崎)					
13:00			13:10~13:55									
13:30			フラダンス【基本】(渋沢)						13:30~			
14:00		おまかせスイム1時間		バタフライ教室		お好みスイム		クロール400m	小学生キッズピクス(小1-6)(MARI)			お好みスイム45分
14:30				フィンスイム		フィンスイム		平泳ぎ教室		子どもスイミングD		
15:00									14:40~			
15:30									幼児キッズピクス(4才-6才)(MARI)	子どもスイミングA		プライベートレッスン
16:00	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		
16:30	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		子どもスイミングC		
17:00	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~			
19:00		選手コース		選手コース		選手コース		選手コース	キッズピクス中学生(MARI)	選手コース		
20:00												
21:00	20:00まで【20:30退館】											
22:00												

16:30まで【17:00退館】

無料体験募集中!!

アメーバブログ  
QRコード→



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!