

火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
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	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		ラジオ体操 10:10～10:20		ラジオ体操 10:10～10:20	
健康アロマストレッチ 10:30～10:50 小野島	おえらびスイミング 10:30 山田	ピラティス45 10:30～11:15 加藤	ダンベルウォーク 10:30～11:00 小林	休講	ヌードルウォーク 10:30 柳川	ZUMBA45 10:30～11:15 HANAKO	スタート&ターン 10:30～11:00 山田	休講	レベルup背泳ぎ 10:30～11:00 柳川	休講	はじめてクロール 10:30～11:00
歩いてエアロ 11:00～11:30 小野島	平泳ぎ教室 11:00～11:30 山田		はじめてクロール 11:00～11:30 小林		保育園様 10:00～11:30 クロールor背泳ぎ 11:00 柳川		おえらびスイミング 11:00～11:30 山田		はじめてエアロ45 11:10～11:55 高橋		はじめて背泳ぎ 11:00～11:30
休講	背泳ぎ教室 11:30～12:00 山田	休講	はじめて背泳ぎ 11:30～12:00 小林	初中級エアロ 45 11:30～12:15 長 陽子	500mフィンスイム 11:30～12:00 柳川	休講	400mスイム 11:30～12:00 山田		平泳ぎ教室 11:30～12:00 柳川		プライベートレッスン大募集 ★30分 1,100円★
休講	フリーフィンスイム (バドル可) 12:00～12:30	休講	フリーフィンスイム (バドル可) 12:00～12:30		フリーフィン (バドル可) 12:00～12:30	休講	フリーフィンスイム (バドル可) 12:00～12:30		アクアピクス40 12:10～12:50 山田		フライバート (有料)
休講		休講			アクアピクス40 12:05～12:45 高橋						フライバート (有料)
休講		休講									フライバート (有料)
	ダンベルDEシェイプ 14:00～14:30 小林		ワンポイントスイミング 14:00～14:30 柳川		おえらびスイミング 14:00 山田		ストレッチ水泳 14:00～14:30 山田		子供 Dクラス		おたのしみレッスン 14:00～14:30
	おえらびスイミング 14:30～15:00 柳川		おえらびスイミング 14:30～15:00 柳川		らくらくメドレー 14:30 山田		おえらびスイミング 14:30～15:00 山田		子供 Aクラス		おえらびスイミング 14:30～15:00
	フリーフィンスイム (バドル可) 15:00～15:30		フリーフィンスイム (バドル可) 15:00～15:30		フリーフィンスイム (バドル可) 15:00～15:30		フリーフィンスイム (バドル可) 15:00～15:30		園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)		フィンスイム 15:00～15:30
園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)	子供 Aクラス	園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)	子供 Aクラス	園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)	子供 Aクラス	園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)	子供 Aクラス	園児・小学生 体操教室 (3～7歳児)	子供 Bクラス		フライバート (有料)
	子供 Bクラス	小学生 体操教室 (小2～小6年生)	子供 Bクラス		子供 Bクラス	小学生 体操教室 (小2～小6年生)	子供 Bクラス	小学生 体操教室 (小2～小4年生)	子供 Cクラス		フライバート (有料)
小学生 体操教室 (小2～小6年生)	子供 Cクラス		子供 Cクラス		子供 Cクラス	JAZZHIPHOP (5才～小2年生) 遠山	子供 Cクラス	小学生 体操教室 (小4～小6年生)	子供 Cクラス		★フィンスイム 参加対象★ 息つきクロールを25m以上泳げる方 なお、フィンの貸し出しはしておりません
	選手 コース		選手 コース		選手 コース	JAZZHIPHOP (小3～小6年生) 遠山	選手 コース		選手 コース		・エアロピクスの途中参加は 開始後10分迄とさせていただきます。
ぽかぽかヨガ45 19:30～20:15 RURIKO	おえらび スイミング 20:00 柳川	ヨガ 19:40～20:20 松嶋	おえらび スイミング 20:00 山田	休講	おえらび スイミング① 20:00 山田	休講	おえらび スイミング 20:00 柳川		フリーフィン (バドル可) 20:00～20:30		・都合により担当者の変更及び レッスンの変更・中止になる 場合がございます。 予めご了承ください。
休講	おたのしみレッスン 20:30～21:00 柳川	休講	マスターズ 20:30～21:15 山田		おえらびスイミング② 20:30～21:00 山田		はじめてエアロ45 20:20～21:05 川西		ZUMBA45 松嶋 19:30～20:15		★営業時間のご案内★ 火曜～金曜日 10:00～21:30 (チェックアウト22:00) 土曜日 10:00～20:30 (チェックアウト21:00) 日曜日 10:00～16:30 (チェックアウト17:00)
	休講	休講	スタート 21:15～21:30 山田		ボールストレッチ45 20:30～21:15西村		ジョグ& ウォーク 20:30 柳川		フリーフィン (バドル可) 20:00～21:00		★土曜日営業時間★ 10:00～20:30 (チェックアウト21:00)
											今月の 変更箇所...

★受付業務(電話対応・各種届のご案内)は19:00までとなっております(日曜日は16:30まで)★施設は通常通りご利用出来ますので皆様のご来館お待ちしております★