

# スイミング特別スケジュール 【8月25日(月)～8月31日(日)】

	8月25日(月)	8月26日(火)	8月27日(水)	8月28日(木)	
10:00					10:00
11:00					11:00
12:00		12:00～12:20 骨盤ストレッチ 中嶋	12:10～12:50 アクア40 幸福	12:00～12:40 アクア40 中嶋	12:00
13:00	12:45～13:25 アクア40 坪井	12:30～13:10 ウォーキング アクア40 中嶋	13:30～13:50	12:50～13:10	13:00
14:00	14:00～15:00 同好会	13:30～14:00 初めて背泳ぎキック 鶴菌	腕シェイプ 新宮 14:00～14:30	骨盤ストレッチ 中嶋	14:00
15:00			楽しくビーチボール バレークラス 坪井 13:00～14:00	14:10～14:50 お楽しみ アクア40 新納(彩)	15:00
16:00			同好会		16:00
17:00	<p>特別スケジュール期間中、短期教室・ジュニアスクールを実施する時間帯がございます。 コース表を別途掲示いたしますのでご確認の上、ご参加くださいませ。</p>				17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00		20:00～21:00 同好会			20:00
21:00	20:30～21:10 ファイティング アクア40 宮澤				21:00
22:00					22:00
	コンディショニング	ウォーキングクラス	泳法クラス	アクア(初級～初中級)	

# スイミング特別スケジュール 【8月25日(月)～8月31日(日)】

	8月29日(金)	8月30日(土)	8月31日(日)	
10:00				10:00
11:00				11:00
12:00				12:00
13:00	12:10～12:50 アクア40 松田			13:00
14:00	14:00～15:00 同好会		13:50～14:30 アクア40 堀内	14:00
15:00				15:00
16:00	<p>特別スケジュール期間中、短期教室・ジュニアスクールを実施する時間帯がございます。 コース表を別途掲示いたしますのでご確認の上、ご参加くださいませ。</p>			16:00
17:00				18:00
18:00		18:10～18:50 アクア40 宮澤		18:00
19:00				19:00
20:00		19:30～20:30 同好会		20:00
21:00	20:30～21:30 同好会			21:00
22:00				22:00
	コンディショニング	ウォーキングクラス	泳法クラス	
	アクア(初級～初中級)			