

スイミング特別スケジュール

【8月25日(火)～8月31日(月)】

	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	
10:00					10:00
11:00				11:05～11:35 グローブ ウォーキング 富田	11:00
12:00	12:00～12:20 骨盤ストレッチ 中嶋		12:00～12:40 アクア40 中嶋	12:10～12:50 アクア40 松田	12:00
13:00	12:30～13:10 ウォーキング アクア40 中嶋	12:30～13:10 アクア40 富田	12:50～13:10 骨盤ストレッチ 中嶋	定員20名 13:15～13:35 アクアディスクで 筋力強化&バランス 富田	13:00
14:00		14:00～14:30 楽しくビーチボール バレークラス 坪井	14:10～14:50 お楽しみ アクア40 新納(彩)	14:00～14:30 楽しくビーチボール バレークラス 富田	14:00
15:00		13:00～14:00 同好会		14:00～15:00 同好会	15:00
16:00	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。				16:00
17:00					17:00
18:00					18:00
19:00					19:00
20:00	20:00～21:00 同好会			20:30～21:30 同好会	20:00
21:00					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(火)～8月31日(月)】

	8月29日(土)	8月30日(日)	8月31日(月)	
10:00				10:00
11:00				11:00
12:00				12:00
13:00		定員20名 12:40～13:00 アクアディスクで 筋力強化&バランス 宮澤	12:45～13:25 アクア40 坪井	13:00
14:00		13:15～13:55 アクア40 富田		14:00
15:00			14:00～15:00 同好会	15:00
16:00	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。			16:00
17:00				17:00
18:00	18:10～18:50 アクア40 幸福			18:00
19:00				19:00
20:00	19:30～20:30 同好会			20:00
21:00			20:30～21:10 ファイティング アクア40 眞家	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）			