

日	月	火	水	木	金	土						
プール	時間	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	時間		
入場は10:30～	10:30	入場は10:30～ となります										10:30
フリーコース 11:30～14:00 ※子供自由遊泳 12:00～14:00	11:00	11:00～11:45 ステップ サーキット 裕美	11:00～11:45 いきいき 木村	11:10～11:55 上級 満帆	11:00～11:45 やさしい ストレッチ 裕美	11:00～11:45 モビバンアクア 満帆	11:00～11:45 初中級 狩野	11:00～11:45 バランス ボール 裕美	11:00～11:45 いきいき 狩野	11:10～11:55 上級 満帆	フリーコース 11:30～14:30	
	11:15											
	11:30											
	11:45											
	12:00											
	12:15		12:00～12:45 アクアウォーキング 裕美		12:05～12:50 マット ピラティス 裕美	12:10～12:55 初中級 平塚	12:00～12:45 上級 満帆	12:05～12:35 ヨガ 裕美	12:10～12:55 水中運動 狩野	12:00～12:45 初中級 平塚		
	12:30											
	12:45											
	13:00											
	13:15											
13:30												
13:45												
14:00												
14:15												
14:30												
14:45												
15:00												
15:15												
15:30												
15:45												
16:00												
16:15												
16:30												
16:45												
17:00												
17:15												
17:30												
17:45												
18:00												
18:15												
18:30												
18:45												
19:00												
19:15												
19:30												
19:45												
20:00												
20:15												
20:30												
20:45												
21:00												
【21:15】 閉館												

※担当が変わる事がありますのでご了承下さい。担当が変わる場合は、事前に掲示させていただきます。