

| 日  | 月   | 火               | 水           | 木           | 金            | 土           |             |             |             |             |       |
|--|-----|-----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------|
| 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         | 時間          |       |
| 入場は10:30～  |     | 入場は10:30～ となります |             |             |              |             |             |             |             | 10:30       |       |
| フリーコース<br>11:30～14:00<br>※子供自由遊泳<br>12:00～14:00<br>【14:15】閉館 | 休館日 | 11:00～11:45     | 11:00～11:45 | 11:10～11:55 | 11:00～11:45  | 11:00～11:45 | 11:00～11:45 | 11:00～11:45 | 11:10～11:55 | 11:00       |       |
|  |     | ステップサーキット 裕美    | いきいき 木村     | 上級 満帆       | やさしいストレッチ 裕美 | モビバンアクア 満帆  | 初中級 狩野      | バランスボール 裕美  | いきいき 狩野     | 上級 満帆       | 11:15 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             |             | 11:30 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             |             | 11:45 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             |             | 12:00 |
|  |     |                 |             | 12:00～12:45 | 12:05～12:50  | 12:10～12:55 | 12:00～12:45 | 12:05～12:35 | 12:10～12:55 | 12:00～12:45 | 12:15 |
|  |     |                 |             | 12:15～13:00 | マットピラティス 裕美  | 初中級 平塚      | 上級 満帆       | ヨガ 裕美       | 水中運動 狩野     | 初中級 平塚      | 12:30 |
|  |     |                 |             | 初中級 平塚      |              |             | 健康体操 平塚     | アクアダンス 裕美   |             |             | 12:45 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             |             | 13:00 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             |             | 13:15 |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             | 13:30       |             |       |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             | 13:45       |             |       |
|  |     | 13:30～14:15     |             |             |              |             |             |             |             | 14:00       |       |
|  |     | 健康体操 平塚         |             |             |              |             |             |             |             | 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       |       |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             | 21:30       |       |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             | 21:45       |       |
|  |     |                 |             |             |              |             |             |             |             | 21:00       |       |

※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。