

# 大人プログラム表

2020☆ 10月～

	月	火	水	木	金	土
10:30	10:30 開館	10:30 開館	10:30 開館	10:30 開館		
11:00	10:45~11:30 水中ウォーキング 中川		10:45~11:30 水中ウォーキング 中川	10:45~11:30 水中ウォーキング 庄司	11:00 開館	
11:30	11:35~12:20 初心者・初級 佐賀	11:30~12:15 水中ウォーク 中川	11:35~12:20 初心者・初級 丸居	11:35~12:20 初心者・初級 佐賀	11:15~12:00 水中ウォーキング 山本	11:15~12:00 テクニク コース 渡邊
12:00	11:35~12:20 中上級 渡邊		11:35~12:20 中上級 山本	11:35~12:20 中上級 山本		
12:30						
13:00		13:00~14:00 マタニティー 小西				
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						