

大人プログラム表

2020☆ 12月～

	月 変更有		火 変更有		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 初心者・初級 佐賀	10:45~11:30 中上級 中川	11:00~11:45 水中ウォーク 中川	フ リ ー ス イ ム ・ ウ ォ ー ク	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	11:15~12:00 水中 ウォーキング 山本	11:15~12:00 テクニク コース 渡邊	フ リ ー ス イ ム ・ ウ ォ ー ク			
11:30	11:35~12:20 水中ウォーキング 渡邊				11:35~12:20 初心者・初級 丸居	11:35~12:20 中上級 山本				11:35~12:20 初心者・初級 佐賀		11:35~12:20 中上級 山本
12:00												
12:30												
13:00			13:00~14:00 マタニティー 小西									
13:30												
14:00												
14:30												
15:00												