

2025年3月25日(火)～28日(金)・2025年3月31日(月)～4月3日(木)のレッスン 大プール用(25m×6コース)

	3/31 月曜日				3/25・4/1 火曜日				3/26・4/2 水曜日				3/27・4/3 木曜日				3/28 金曜日					
	プール		小プール		プール		小プール		プール		小プール		プール		小プール		プール		小プール			
8:30																						
9:00	子供 春休み短期教室 8:45体操 9:00～10:00プール																					
9:30																						
10:00																						
10:30	子供 春休み短期教室 10:30体操 10:45～11:45プール																					
11:00																						
11:30																						
12:00																						
12:30	スマイル 12:15 体操 12:30～ 13:15 レッスン	レディース 12:15 体操 12:30～ 13:30 レッスン			アクア エクササイズ 12:15体操 12:30～ 13:20	スマイル 12:15 体操 12:30～ 13:15 レッスン	レディース 12:15 体操 12:30～ 13:30 レッスン	健幸改善 12:15 体操 12:30～13:30 レッスン			ベビー 12:30～ 13:20 レッスン	Jコース 12:15 体操 12:30～ 13:30 レッスン	レディース 12:15 体操 12:30～ 13:30 レッスン			ベビー 12:30～ 13:20 レッスン	スマイル 12:15 体操 12:30～ 13:15 レッスン	レディース 12:15 体操 12:30～ 13:30 レッスン	健幸改善 12:15 体操 12:30～13:30 レッスン			ベビー 12:30～ 13:20 レッスン
13:00																						
13:30	一般コース 13:00体操 13:30～14:30 レッスン																アクア エクササイズ 13:10体操 13:25～ 14:10					
14:00																						
14:30					Tコース 通常 レッスン								Tコース 通常 レッスン									
15:00																						

\*フリー・ウォーキングコースのご利時間帯は、灰色網がけの時間帯でご利用いただけます。

月曜日・水曜日⇒12時30分～14時30分(距離が短くなる場合がございます) 火・木・金曜日⇒13時30分～14時30分

\*誠に申し訳ございませんが、月曜日のベビーコースは中止させていただきます。

子供クラス時間帯 A B C