

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
休館日	プール	プール	プール	プール	プール	プール
9:30						
10:00		10:00~10:45 アクアダンス45 三森	10:00~10:30 水中ウォーク	10:00~10:30 アクアダンス30 篠田		
10:30~11:00	うきうきアクア30 篠田		10:30~11:00 ビギナススクロール	アクアヨガシェイプ30 篠田	10:30~11:15 アクアダンス45	10:30~11:00 ビギナススクロール
11:00	アクアダンス30 篠田	ベビー スイミング (ご利用 いただけません)			内田	11:00~11:30 ビギナススクロール
11:00~11:30			11:30~12:15 アクアダンス45	11:15~11:45 ビギナススイム		11:00~11:30 ビギナス平泳ぎ
11:45~12:15	腰痛水泳		11:45~12:15 高木	11:45~12:15 ビギナススクロール		担当:スタッフ
12:00	12:15~12:45 ビギナス背泳ぎ 担当:十文字	12:15~12:45 ビギナス平泳ぎ	うきうきアクア15 12:15~12:30	担当:篠田		
12:15~12:45		12:45~13:15 ビギナスバタフライ 担当:スタッフ				
13:00						
14:00						
15:00						
16:00	キッズスイミングスクール(ご利用出来ませ)	キッズスイミングスクール(ご利用出来ませ)	キッズスイミングスクール(ご利用出来ませ)	キッズスイミングスクール(ご利用出来ませ)	キッズスイミングスクール(ご利用出来ませ)	
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	20:00~20:30 ビギナススクロール			20:00~20:30 腰痛水泳	19:15~19:45 ビギナス平泳ぎ	
20:30~21:00	20:30~21:00 ビギナス平泳ぎ 担当:大川原			20:30~21:00 ビギナス背泳ぎ 担当:大川原	19:45~20:15 ワンポイントレッスン 担当:矢島	
21:00						
22:00						
23:00						