

# プールプログラム

2019年 7~9月

	月	火	水	木	金	土	日		
10:00	10:15~11:00 月替わり 7・9月バタフライ初級 8月 平泳ぎ初級 内堀	10:15~11:00 ゆっくり泳ごう 吉田	10:15~10:30 アクアウォーキング 10:30~11:00 初めてプール 内堀	休 館 日	10:15~11:00 ゆっくり泳ごう 竹内	10:15~11:00 クロール初級 中嶋	10:00		
11:00		11:15~12:00 月替わり 7・9月クロール初級 8月 背泳ぎ初級 吉田	11:15~12:00 アクアコア&ダンス 浅井			11:15~12:00 アクアビクス 根尾		11:00	
12:00	12:15~13:00 スイム&ウォーク 内堀								12:00
13:00		13:45~14:30 ソフトアクア 加藤				13:15~14:00 アクアビクス 大橋	クローズ 13:00~16:30		13:00
14:00									14:00
15:00 ~ 18:00	クローズ 15:30~19:00							15:00 ~ 18:00	
19:00				休 館 日		19:45~20:30 たっぶり泳ごう 週替わり 阿部・祖父江	(日)18:45まで ご利用いただけま す	19:00	
20:00		20:15~21:00 月替わり 7・9月クロール初級 8月 背泳ぎ初級 内堀				20:45~21:30 アクアビクス 担当:週替り		20:00	
21:00	21:05~21:50 アクアビクス 中嶋	21:05~21:50 アクアシェイフ 大池	21:05~21:50 たっぶり泳ごう 吉田			21:05~21:50 クロール初級 伊貝			21:00
22:00	(火~金)22:45までご利用いただけます					(土)21:45まで ご利用いただけます		22:00	

レッスン時間帯も、フリーコースを設けてあります。

アクアビクス、ソフトアクア、アクアコア&ダンスを除くプログラムはお休みがございます。カレンダーにてご確認ください。

7月からの変更箇所は赤字で表示してあります。