



# POOL

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9:00							
30							
10:00							
30							
11:00		11:00-12:00 有料 オリンピック 25	11:00-11:30 初めてスイム	11:00-12:00 有料 オリンピック 25	11:00-11:30 初めてスイム		10:30-11:30 有料 オリンピック 25
30	11:30-12:15 コア・トレ・アクア 〈吉田(麻)〉						
12:00			12:00-12:45 アクアダンス 〈宮澤〉		11:45-12:15 有料 アクアバイク		11:45-12:45 有料 オリンピック 50
30	12:30-13:00 初めてスイム	12:15-13:15 有料 オリンピック 50		12:15-13:15 有料 オリンピック 50		12:15-12:45 ウォーキング	
13:00			13:00-13:30 有料 アクアバイク			13:00-13:30 初めてスイム	
30	13:30-14:15 アクアズンバ 〈武居〉	13:30-14:15 アクアダンス 〈宮澤〉		13:30-14:00 プールサイドストレッチ	13:15-14:00 ミットウォーキング 〈藤井〉		13:30-14:00 ウォーキング
14:00				14:15-14:45 ウォーキング		13:45-14:15 有料 アクアバイク	
30		14:30-15:00 プールサイドストレッチ					14:15-14:45 有料 アクアバイク
15:00						15:00-15:45 アクアズンバ 〈武居〉	
30	15:30-16:30 有料 ジュニアA		15:30-16:30 有料 ジュニアA		15:30-16:30 有料 ジュニアA		
16:00							
30	16:30-17:30 有料 ジュニアB		16:30-17:30 有料 ジュニアB		16:30-17:30 有料 ジュニアB		
17:00							
30	17:30-18:30 有料 ジュニアC		17:30-18:30 有料 ジュニアC		17:30-18:30 有料 ジュニアC		
18:00							
30							
19:00							
30							
20:00	20:00-20:30 ウォーキング	20:00-21:30 有料 トライスイム	20:00-21:00 有料 オリンピック 50	20:00-20:45 ウォーク&スイム			
30							
21:00	20:45-21:15 有料 アクアバイク			21:00-21:30 有料 アクアバイク			
30							
22:00							