

時間	月	火	水	木	金	土
10:00			休 館 日			
10:30	10:15～11:00 バタフライ入門 (定員15名) 太田	10:15～11:00 アクアウォーキング (定員10名) 鈴木(結)		10:15～11:00 背泳ぎ入門 (定員15名) 千葉	10:15～11:00 平泳ぎ入門 (定員15名) 立石	
11:00						
11:30	11:15～12:00 初級平泳ぎ (定員15名) 太田	11:15～12:00 初級背泳ぎ (定員15名) 鈴木(結)		11:15～12:00 クロール入門 (定員15名) 千葉	11:15～12:00 初級バタフライ (定員15名) 立石	
12:00						
12:30	12:15～13:00 初級背泳ぎ (定員15名) 坂井	12:15～13:00 初級平泳ぎ (定員15名) 小宮		12:15～13:00 初級バタフライ (定員15名) 石黒	12:15～13:00 アクアピクス (定員10名) 太田	
13:00						
13:30	13:15～14:00 中級クロール (定員15名) 坂井	13:15～14:00 中級バタフライ (定員15名) 坂井		13:15～14:00 中級平泳ぎ (定員15名) 石黒	13:15～14:00 初級クロール (定員15名) 石黒	
14:00						
18:00						
18:30						
19:00	19:00～19:45 初級背泳ぎ (定員15名) 石黒	19:00～19:45 アクアピクス (定員10名) 小宮	19:00～19:45 2月・初級平泳ぎ 3月・初級バタフライ (定員15名) 坂井	19:00～19:45 初級クロール (定員15名) 鈴木(結)		
19:30						

2月～3月スケジュール

2月	月	火	水	木	金	土	日	3月	月	火	水	木	金	土	日
													1	2	
			6		8	9	10		4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17		11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24		18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28					25	26	27	28	29	30	31

☒ … 休講日    ■ … 休館日

《 成人対象クラス 》

参加申込の都度お支払い    ¥756(税込)  
お得なフリーパス    ¥5,292(税込)

- 入門クラス・・・水慣れ～基本動作を修得したい方向けのクラスです。
- 初級クラス・・・基本動作～25m完泳できる方向けのクラスです。
- 中級クラス・・・25m完泳できる方向けのクラスです。
- マスターズ・・・4泳法を修得して50m以上の泳力がある方が参加できるクラスです。
- アクアピクス・・・音楽に合わせて水中で体を動かす有酸素運動です。

※成人クラスに参加される方は別途プール利用料金が必要となります。