

	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22					
月		前田 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50		らくらくスイム(平泳ぎ編) 11:10~11:55 前田	パワーアクア 12:05~12:30 前田	ライトマスターズ 12:40~13:30 清水	<div style="border: 2px dashed green; padding: 5px;"> <p><b>短期教室期間中のプログラムのご案内</b></p> <p><b>3月27日(月)~4月5日(水)</b></p> <p>上記、子ども短期教室中は各プログラムが変更となりますので、また別紙にてご案内いたします</p> <p>★祝日営業のご案内★</p> <p>3月21日(火)</p> <p>プールの利用時間は10:00~14:00</p> <p>3月21日(火)のヘルシーウォーキングは休講です。</p> <p>夜の成人コースは休講です。</p> </div>									
火		高所 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50		はじめてスイム(ワンポイント編) 11:10~11:55 高所	はりきってスイム(平泳ぎ編) 12:10~13:00 高所											
水				すいすいスイム(背泳ぎ編) 11:15~12:00 山内	マスターズスイム 12:10~13:00 清水											
木		高所 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50		すいすいスイム(バタフライ編) 高所	ベーシックトレーニング 12:10~13:00 前田											
金		山内 ヘルシーウォーキング 10:05~10:50		はじめてスイム(4泳法編) 11:10~11:55 山内	スキルアップスイム(背泳ぎ編) 12:10~13:00 前田											
土	<p>デイ会員様のご利用は全日11:00からとなります</p>															

夜は全曜日  
フリー利用  
とさせていただきます。  
空いているコースを  
ご利用ください。

	午前の部	プール利用時間	午後の部
月~金	10:00~14:00		19:00~21:00
土	/		19:00~21:00
祝日	10:00~14:00		

\* 成人クラスは、日曜日の利用がありません。

- \* 都合により各種フリープログラムは変更・終了する場合があります。
- \* 月~土の14:00~19:00はジュニアクラスレッスンの為プールの利用はできません。
- \* 平日の月~土は21:30 祝日は14:30 で閉館いたします。
- \* 予告なく担当コーチが変更になる場合があります。予めご了承ください。
- \* 体調の悪いときは利用をお控えください。
- \* スイムレッスン開始15分以降の途中参加はご遠慮ください。

《レッスンプログラムの見方》  
開始時間と終了時間

アクアエクササイズ  
12:00~12:30



TEL 075-323-2660