

4月組アクアプログラム (4月6日(月)~4月28日(火)まで)

2026/4/6 ~4/28

	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22
月		ヘルシーウォーキング 10:05~10:50 中野	らくらくスイム30(バタフライ) 11:10~11:40 中野	水中ウォーキング20 11:50~12:10 中野	ライトマスターズ45 12:40~13:25 中野						
火		ヘルシーウォーキング 10:05~10:50 萬所・佐藤	力を抜いて泳ぎましょう(4泳法) 11:10~11:55 萬所	はりきってスイム45(平泳ぎ) 12:10~12:55 萬所							
水				ベビースイミング 11:00~11:50							
木		ヘルシーウォーキング 10:05~10:50 萬所	姿勢のびのびスイム(クロール) 11:10~11:40 萬所	ダンベルウォーキング 11:50~12:10 萬所	マスターズトレーニング 12:40~13:25 上村						
金		ヘルシーウォーキング 10:05~10:50 上村	はじめてスイム30(ワンポイント) 11:10~11:40 上村	じゅくりスイム45 (背泳ぎ 4月~6月組) 11:50~12:35 上村							
土				ベビースイミング 11:00~11:50							
	9	10	11	12	13	14	18	19	20	21	22

**GW期間
休館日のご案内**
4月29日(水)
~
5月6日(水)
(5月組は5月7日(木)から
営業いたします)

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。

※ このレッスンは3ヶ月間「種目固定」で行います

	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。
担当の記載がないプログラムは週替わりで担当が変更となります。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

アキアエクササイズ
12:00~12:30



TEL 075-323-2660