

# 30年 2月 大人水泳教室スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
				1 13:15 初級 背泳ぎ・平泳ぎ 14:00 レベルアップ 背泳ぎ・平泳ぎ 19:00 クロール (初級～中級) 19:45 レベルアップ 教室	2 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	3
4 10:40 クロール (初級～中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00～18:00	5 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級～中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	6 休館日	7 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 レベルアップ 4種目 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	8 13:15 初級 背泳ぎ・平泳ぎ 14:00 レベルアップ 背泳ぎ・平泳ぎ 19:00 クロール (初級～中級) 19:45 レベルアップ 教室	9 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	10 第2土曜 プールのみ 10:00～
11 【初春水泳大会】 営業時間 10:00～18:00	12 【振替休日】 祝日営業 10:00～18:00	13 休館日	14 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 レベルアップ 4種目 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	15 13:15 初級 背泳ぎ・平泳ぎ 14:00 レベルアップ 背泳ぎ・平泳ぎ 19:00 クロール (初級～中級) 19:45 レベルアップ 教室	16 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	17
18 10:40 クロール (初級～中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00～18:00	19 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級～中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	20 休館日	21 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 レベルアップ 4種目 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	22 13:15 初級 背泳ぎ・平泳ぎ 14:00 レベルアップ 背泳ぎ・平泳ぎ 19:00 クロール (初級～中級) 19:45 レベルアップ 教室	23 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	24 第4土曜 プールのみ 10:00～
25 10:40 クロール (初級～中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00～18:00	26 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級～中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	27 休館日	28 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 レベルアップ 4種目 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス			

☆11日(日)はピジョンよしだ子ども水泳教室初春水泳大会の為教室はお休みとなり、一部コースの制限があります。詳しくは館内ポスターをご覧ください。

☆12日(月)は祝日のため、営業時間が10:00～18:00となります。

★水中運動教室は、高校生以上の方から、1回300円で参加できます。