

# 30年 6月 大人水泳教室スケジュール



日	月	火	水	木	金	土
					1 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	2
3 10:40 クロール (初級から中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00~18:00	4 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級から中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	5 休館日	6 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 個人メドレー 教室 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	7 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 (初級から中級) 19:45 レベルアップ 教室	8 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	9 第2土曜 プールのみ 10:00~
10 10:40 クロール (初級から中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00~18:00	11 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級から中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	12 休館日	13 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 個人メドレー 教室 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	14 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 (初級から中級) 19:45 レベルアップ 教室	15 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	16
17 10:40 クロール (初級から中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00~18:00	18 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級から中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	19 休館日	20 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 個人メドレー 教室 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	21 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 (初級から中級) 19:45 レベルアップ 教室	22 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	23 第4土曜 プールのみ 10:00~
24 10:40 クロール (初級から中級) 11:30 ワンポイント アドバイス 営業時間 10:00~18:00	25 13:30 水中 ウォーキング 14:30 クロール (初級から中級) 19:15 ウォーター・ エクササイズ	26 休館日	27 13:30 ウォーター・ エクササイズ 14:30 個人メドレー 教室 19:00 初心者 クロール 19:45 ワンポイント アドバイス	28 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 (初級から中級) 19:45 レベルアップ 教室	29 13:30 アクア トレーニング 14:30 初心者 クロール	30

★毎週日曜日の営業時間は10:00~18:00になります。

《水泳教室》 参加料金 2,500円(12回分)

【ワンポイントアドバイス】は1回券300円

《水中運動教室》 参加料金 [1回券] 300円 [1種目券] 2,200円 [共通フリーパス] 5,000円

※入館料は別途必要になります。

