

	火		水		木		金		土		日	
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:00												
10:30												
11:00												
11:30	初級エアロ 11:15~12:00 MOMOKO	成人スイム 11:00~12:00 Fr/Ba/Br 富田 Fly 老川 中上級 磯野	ベーシックヨガ 11:00~11:45 ナギサ	成人スイム 11:00~12:00 初級 富田	かんたんバレトン 11:00~11:30 Yuri	親子(ペビー) 11:00~12:00 富田	キック&パンチ 11:15~12:00 古賀	成人スイム 11:00~12:00 Fr/Ba/Br 遠藤 Fly 老川 中上級 磯野	初級エアロ 11:15~12:00 Yuri			
12:00												
12:30	ウーキング&ジョギング 12:15~12:45 富田		ピラティス 12:00~12:45 ナギサ		リラックスヨガ 11:45~12:30 Yuri			アクアダンス 12:15~12:45 馬込	ZUMBA 12:30~13:15 MOMOKO	アクアシェイプ 12:15~13:00 Yuri		
13:00	ベルビック 12:30~13:15 田島					シンプルアクア 12:45~13:30 遠藤						
13:30			9月限定 ベルビック 13:15~14:00 田島	アクアバラエティ 13:00~13:45 末松				かんたんサーキット 13:15~14:00 古賀				
14:00	ヨガ 13:30~14:15 田島		9月限定 初級エアロ 14:15~15:00 田島						アクティブサーキット 13:30~14:15 MOMOKO			
14:30												
15:00	プール制限 時間帯 14:45~18:30		プール制限 時間帯 14:45~18:30		プール制限 時間帯 14:45~18:30		プール制限 時間帯 14:45~18:30		プール制限 時間帯 14:45~18:30		プール制限 時間帯 14:00~17:45	
15:30											幼児・学童 スイミング スクール 14:30~17:30	
16:00	幼児・学童 スイミング スクール 15:15~18:15		幼児・学童 スイミング スクール 15:15~18:15		幼児・学童 スイミング スクール 15:15~18:15		幼児・学童 スイミング スクール 15:15~18:15					
16:30												
17:00												
17:30												
18:00											成人スイム 17:45~18:35 中級 磯野	育成
18:30												育成
19:00											成人スイム 18:40~19:30 上級 磯野	育成
19:30	成人スイム 19:15~20:05 中・上級 老川	育成		成人スイム 19:15~20:05 初級 老川	選手							育成
20:00												
20:30	成人スイム 20:10~21:00 初級 老川	杉山		アクアダンス 20:10~20:40 遠藤	杉山						アクアシェイプ 19:35~20:20 富田	選手
21:00												杉山
21:30												
22:00												



※上記のプログラムは都合によりインストラクターを変更又は中止にする場合があります。
 ※スタジオプログラム及びアクアピクス受講者は事前に受付を済ませて下さい。
 (プログラム開始1時間前より先着順。定員となり次第終了)
 ※下記営業日はプール及びスタジオプログラムがありません。別紙予定表をご覧ください。
 △短縮営業、ロプール制限なし、■特別営業