

2019年 9月 プール エクササイズ・スクール スケジュール (種目表)

	火	水	木	金	土	日	
10:00							10:00
15	🍃 お目覚めエクササイズ 10:15~		🍃 お目覚めエクササイズ 10:15~		🍃 お目覚めエクササイズ 10:15~		15
30							30
45	レッツスイム 【バタフライ】 (宍倉)★★★ 10:30~11:30	シェイプアクア (小林)★★ 10:30~11:30	シェイプアクア (菅野)★★ 10:30~11:30	🍃 ウォーターシェイプ エクササイズ (柏崎)★ 10:30~11:30	🍃 メイクボディアクア (遠藤)★★ 10:30~11:30	ザ・アクア (後藤)★★★ 10:30~11:30	11:00
15							15
30	🍃 うきうきスイム (宍倉)★ 11:30~12:30	エンジョイスイム 【バタフライ】 (山信田)★★ 11:30~12:30	🍃 スタートスイム (中嶋)★ 11:30~12:30	エンジョイスイム 【平泳ぎ】 (山信田)★★ 11:30~12:30	🍃 クロールスイム (望月)★★ 11:30~12:30		30
45							45
12:00			エンジョイスイム 【背泳ぎ】 (中嶋)★★ 12:30~13:30		エンジョイスイム 【バタフライ】 (望月)★★ 12:30~13:30		12:00
15							15
30							30
45							45
13:00							13:00
15							15
30							30
45							45
14:00	初心者コース 12:30~14:20 ※初心者の方が安心して泳げる ターン禁止コースの設定です	初心者コース 12:30~14:20 🍃 スタートスイム (五島)★ 14:20~15:20		🍃 スタートスイム (山信田)★ 13:30~14:30			14:00
15							15
30							30
45							45
15:00	🍃 ウォーキング塾 15:00~	🍃 ウォーキング塾 15:00~	🍃 ウォーキング塾 15:00~	🍃 ウォーキング塾 15:00~			15:00
15							15
30							30
45							45
16:00	キッズ水泳 幼児クラス (月謝制) 15:30~16:20	キッズ水泳 幼児クラス (月謝制) 15:30~16:20	キッズ水泳 幼児クラス (月謝制) 15:30~16:20				16:00
15							15
30							30
45							45
17:00	キッズ水泳 学童クラス (月謝制) 16:30~17:30	キッズ水泳 学童クラス (月謝制) 16:30~17:30	キッズ水泳 学童クラス (月謝制) 16:30~17:30				17:00
15							15
30							30
45							45
18:00							18:00
15							15
30							30
45							45
19:00							19:00
15							15
30							30
45							45
20:00							20:00
15							15
30							30
45							45
21:00							21:00
10							15

担当者変更

★マイコーチ★
ご希望の泳法を
マンツーマンで指導！
時間・担当者は
ご相談の上、ご予約下さい。

料金表
30分 1,500円
45分 2,000円
60分 2,500円

※10月より料金が変わります

75分クラス
¥410

Memo

色のついたクラスは
全て有料教室となります
その他の教室はプールを
利用している方は無料で
参加できる教室です。

(🍃のついたクラスは初心者向けです)
↓ 有料レギュラー教室料金 ↓
60分クラス → ¥310
75分クラス → ¥410
(マイコーチとスクールクラス除く)

遊泳終了時間 (火)~(土)21:10 (日・祝)17:40