

大人プログラム表

2019☆ 4月

	月	火	水
10:00			
10:15~11:00	水中ウォーキング 庄司		水中ウォーキング 鈴木
10:30			
11:00	11:05~11:50 初心者・初級 佐賀	11:00~11:45 水中ウォーク 鈴木	11:05~11:50 初心者・初級 丸居
11:30	11:05~12:05 中級 上級 中川		11:05~12:05 中級 上級 山本
12:00			
12:30			
13:00		13:00~14:00 マタニティー 小西	
13:30			
14:00			
14:30			

	木	金	土
10:00			
10:15~11:00	水中ウォーキング 山本		
10:30			
11:00	11:05~11:50 初心者・初級 佐賀	11:15~12:00 水中 ウォーキング 鈴木	
11:30	11:05~12:05 中級 上級 中川	11:15~12:00 テクニク コース 山本	
12:00			
12:30			
13:00		13:00~14:00 マタニティー 鈴木	
13:30			
14:00			
14:30			

子供レッスンに

つきご利用できません

※火・木曜日のフリースイム・ウォーク 20:15~21:30

になります。

19:30			
20:00			
20:20~21:20			
20:30	初級 吉田理	中上級 山本	
21:00			
21:30			

19:30			
19:30~20:30			
20:00			
20:20~21:20			
20:30	初級 吉田理	中上級 庄司	
21:00			
21:30			