

大人プログラム表

2022☆10月～

| | 月 変更有 | 火 変更有 | 水 変更有 | 木 | 金 | 土 |
|-------|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| 10:30 | 10:30 開館 | 10:30 開館 | 10:30 開館 | 10:30 開館 | | |
| 11:00 | 10:45~11:30 初心者・初級 佐賀 | | 10:45~11:30 水中ウォーキング 島田 | 10:45~11:30 水中ウォーキング 野田 | 11:00 開館 | |
| 11:30 | 10:45~11:30 中上級 原 | 11:00~11:45 水中ウォーク 原 | 11:35~12:20 初心者・初級 丸居 | 11:35~12:20 初心者・初級 佐賀 | 11:15~12:00 水中ウォーキング 原 | 11:15~12:00 テクニク コース 山本 |
| 12:00 | 11:35~12:20 水中ウォーキング 野田 | | 11:35~12:20 中上級 野田 | 11:35~12:20 中上級 山本 | | |
| 12:30 | | | | | | |
| 13:00 | | 13:00~14:00 マタニティー 小西 | | | | |
| 13:30 | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | |