

2021年 6月1日~20日

クラブレッスン&スクールプログラム



	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	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	
9:30													9:30
10:00													10:00
10:30	10:30~11:15 ステップ 小松	10:15~11:15 【スクール】 婦人泳法 楠 崎 婦人総合イージー 平 田	10:30~11:45 フォンジュン体操 五十嵐	10:15~11:15 【スクール】 婦人泳法 野 口 婦人総合イージー 北 島	10:30~11:30 Hawaiian Hula Time 'Elua(II) nobi	10:15~11:15 【スクール】 婦人泳法 野 口 婦人総合イージー・ハード 川 戸	10:45~11:45 ピラティス ストレッチ Yumix	10:15~11:15 【スクール】 婦人泳法 佐 野 婦人総合イージー・ハード 野 口	10:30~11:30 ファットバーン エアロ 小松	10:00~12:00 【スクール】 キッズスイム	10:30~11:30 Hawaiian Hula Time (ハワイアンフラタイム) nobi		10:30
11:00													11:00
11:30	11:30~12:30 my Lesson60 mai	11:15~12:15 【スクール】 婦人総合イージー 楠 崎 婦人総合ハード 平 田		11:30~12:00 各種ターン 野 口	11:45~12:30 ヨガストレッチ mai	11:15~12:15 【スクール】 腰痛改善 教室 吉 塚	11:15~12:15 【スクール】 婦人泳法 川 戸	11:15~12:15 【スクール】 婦人泳法 野 口 婦人総合ハード 佐 野		2コース ご利用いただけます			11:30
12:00			12:00~13:00 FUN DANCE! Yumix	12:00~12:50 【スクール】 ベビークラス		12:15~12:45 【スクール】 初めてター 吉 塚	12:15~12:45 【スクール】 1ポイントT 川 戸	12:15~12:45 【スクール】 1ポイントB 野 口	12:00~13:00 健美操 小松	12:00~12:50 【スクール】 ベビークラス	12:00~13:00 ヨガストレッチ mai		12:00
12:30		12:15~12:45 初めてクロール 背泳ぎ 平 田		12:05~12:35 1ポイントT 野 口	12:45~13:30 my Lesson45 mai	12:45~13:15 初めて平泳ぎ 佐 野	12:45~13:15 背泳ぎの初 野 口	12:50~13:20 飛び込み 野 口					12:30
13:00	12:45~13:30 ヨガストレッチ mai	12:45~13:45 【スクール】 腰痛改善教室 吉 塚		12:45~13:45 スペシャルスイム レッスン(要登録) 野 口		13:15~13:45 初めてバタ 佐 野	13:20~14:05 ロングスイム 野 口	13:15~14:15 アロマヨガ 五十嵐	13:25~14:10 ハードスイム 野 口	13:00~14:00 【スクール】 ハンディ キャップ マンツーマン			13:00
13:30		13:15~13:45 アドバンススイム 第2・4週開催 堀 内	13:15~14:00 ピラティス Yumix		13:50~15:00 【スクール】 大人のバレエ KUMI	13:45~14:15 プール初心者 矢 野	14:20~14:50 アクアプレス&ポテ 堀 内	14:35~15:35 トレーニング & エアロビクス 小松	13:30~14:30 呼吸&姿勢塾 定員12名 第4土曜日開催 堀 内		13:30~14:30 背骨コンディショニング 小松		13:30
14:00	14:00~15:00 太極拳 練習会	13:50~14:20 スクンダイビング 練習会	14:15~15:15 太極拳 島 本	14:15~14:45 ウォーキング 矢 野		14:20~14:50 アクアプレス&ポテ 堀 内	14:15~14:45 ウォーキング 楠 崎	14:15~14:45 1ポイントB 矢 野			14:00~15:00 フィンスイミング 体験会 第3日曜日開催 堀 内		14:00
14:30		14:25~14:55 アクアピクス 吉 塚			15:10~15:40 脱・ロコモ+リズム脳トレ KUMI			15:45~16:15 腕・ロコモ 小松		14:00~18:00 【スクール】 キッズスイム			14:30
15:00													15:00
15:30													15:30
16:00	15:50~16:50 【ダンススクール】 キンダークラス TETSUYA	15:30~18:30 【スクール】 キッズスイム	15:45~16:45 【ダンススクール】 キンダークラス Yu-na	15:30~18:30 【スクール】 キッズスイム		16:30~17:30 【ダンススクール】 キッズクラス moMO	16:00~18:30 の間はプールの ご利用ができません	15:30~18:30 【スクール】 キッズスイム	16:00~18:30 の間はプールの ご利用ができません	17:00~18:00 癒しのヨガ 木 原	2コース ご利用いただけます		16:00
16:30													16:30
17:00	17:00~18:00 【ダンススクール】 キッズクラス TETSUYA	16:00~18:30 の間はプールの ご利用ができません	17:00~18:00 【ダンススクール】 キッズクラス Yu-na	16:00~18:30 の間はプールの ご利用ができません		17:45~18:45 【ダンススクール】 ジュニアクラス moMO	17:30~18:30 【スクール】 育成クラス	17:30~18:30 【スクール】 育成クラス	16:00~18:30 の間はプールの ご利用ができません				17:00
17:30													17:30
18:00		17:30~18:30 【スクール】 育成クラス		17:30~18:30 【スクール】 育成クラス		17:30~18:30 【スクール】 育成クラス	17:30~18:30 【スクール】 育成クラス	17:30~18:30 【スクール】 育成クラス	17:00~18:00 癒しのヨガ 木 原				18:00
18:30	18:15~19:15 ヨガストレッチ mai	18:30~ 3コース ご利用 いただけます		18:30~ 3コース ご利用 いただけます		18:30~ 3コース ご利用 いただけます	18:15~19:45 【スクール】 選手クラス	18:15~19:45 【スクール】 選手クラス	18:15~19:15 ヨガストレッチ mai	17:30~19:00 【スクール】 選手クラス			18:30
19:00		18:15~19:45 【スクール】 選手クラス		18:15~19:45 【スクール】 選手クラス									19:00
19:30					19:15~20:15 ヨガストレッチ mai								19:30
20:00		19:45~20:45 上級スイマースクラス 三 村		19:45~20:45 【スクール】 4泳法 習得 三 村		19:45~20:45 【スクール】 成人泳法 三 村 成人イージー三 村		19:45~20:45 【スクール】 成人泳法 三 村 成人イージー三 村		18:45~19:45 【スクール】 成人総合イージー・ハード 矢 野			20:00
20:30													20:30
21:00		4泳法の泳ぎこみ 練習用具を使用した 泳法ドリル練習		25m 4泳法習得クラス 4泳法泳ぎたい人向け 泳法・イージークラス振替対象									21:00
21:30													21:30
22:00													22:00

レッスン表示案内

- シューズ不要のレッスン
- 初心者向けレッスン
- 有料レッスン

背骨コンディショニング
実施5日前火曜日より
予約受付 ¥510
入金完了で予約完了
となります。
定員15名になり次第
受付終了
お電話での予約不可
予約は1人1名分とい
たします。
キャンセルとなり
ましても返金は致し
かねます。

プール時間貸し
賜ります
詳しくは
プール担当矢野まで