

# プログラムスケジュール

月		火		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
10:30~11:30 シニア運動 クラブ	10:30~11:30 ・水中運動 ・水泳入門	10:30~11:30 シニア運動 クラブ	10:30~11:30 水中運動  10:40~11:40 ベビースイミング  11:40~12:40 水泳入門	10:30~11:30 シニア運動 クラブ	10:30~11:30 ・水中運動 ・水泳入門	10:30~11:30 シニア運動 クラブ	10:30~11:30 水中運動	10:00~11:00 キッズたいそう	10:00~11:10 わんぱっクラブG  11:10~12:10 ベビースイミング  11:10~12:20 ・幼児水泳 (10限定名)		10:00~11:10 幼児学童 水泳
13:30~14:30 パワーヨガ	13:30~14:40 婦人 水泳・水中歩行	13:30~14:40 婦人 水泳・水中歩行		13:30~14:30 パワーヨガ	13:30~14:40 婦人 水泳・水中歩行		13:30~14:40 婦人 水泳・水中歩行	13:20~14:20 キッズたいそう (幼児~小2)	13:20~14:30 幼児水泳 13:30~14:40 成人婦人水泳		
	14:50~15:50 成人水泳 (クロール・背泳ぎ)				14:50~15:50 成人水泳 (クロール・背泳ぎ)			14:30~15:30 キッズたいそう			
	15:20~16:30 幼児学童水泳								14:30~15:40 15:40~16:50 16:50~18:00  幼児学童 水泳		
16:30~17:30 17:40~18:40 キッズ たいそう	16:30~17:40 幼児学童水泳  17:40~18:50 学童水泳	16:30~17:30 キッズたいそう (幼児~小2)	16:30~17:40 幼児学童水泳  17:40~18:50 学童水泳	16:30~17:30 キッズたいそう	16:30~17:40 幼児学童水泳  17:40~18:50 学童水泳	16:30~17:30 キッズたいそう (幼児~小2)	16:30~17:40 幼児学童水泳  17:40~18:50 学童水泳				
								18:30~19:30 ボディシェイプ			
19:30~20:30 ルーシーダットン	19:30~20:40 成人婦人水泳	19:30~20:30 パワーヨガ	19:30~20:40 成人婦人水泳	19:30~20:30 パワーヨガ	19:30~20:40 成人婦人水泳	19:30~20:30 パワーヨガ	19:30~20:40 成人婦人水泳		19:30~20:40 成人婦人水泳		

## 【施設紹介】

### ●25m温水プール



### ●運動スタジオ



### ●施設案内図

