

レッスンスケジュール(大人用)

2025年5月～

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		プール	プール	プール	プール	プール	
10:00		10:00-10:45 歩いて健康コース	10:00 15:50	10:00 15:50	10:00-10:45 歩いて健康コース	10:00 15:50	
11:00			11:45-12:15				
12:00		11:00-12:15 ヘルシーコース	フリープログラム	11:00-12:15 レディースコース	11:00-12:15 ヘルシーコース		
13:00			12:30-13:30 流水コース		12:30-13:30 流水コース		
14:00						12:50-13:50 フリーコース(デイ)	
15:00		14:00-14:45 歩いて健康コース	14:00-14:45 歩いて健康コース		14:00-14:45 歩いて健康コース		
16:00							
17:00							
18:00						18:00	
19:00						18:00-19:00 成人コース	
20:00		19:30-20:30 成人コース		19:30-20:30 成人コース			

定休日です

定休日です