

レッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土
10:00	※ フ リ ー コ ー ス	健康体操コース 10:00~10:45 (トランポリン・バイク)	健康体操コース 10:00~10:45 (バイク)	健康体操コース 10:00~10:45 (トランポリン・バイク)	健康体操コース 10:00~10:45 (トランポリン)
11:00		成人コース 10:45~11:45 (水泳教室)	成人コース 10:45~11:45 (水泳教室)	ベビーコース 10:45~11:45	成人コース 10:45~11:45 (水泳教室)
12:00			ベビーコース 11:45~12:45		
13:00					ベビーコース 12:15~13:15
14:00				姿勢美人コース 13:45~14:45	ジュニアコース 3時間目 13:15~14:30
15:00					ジュニアコース 4時間目 14:30~15:45
16:00	バンビーニAコース 1時間目 15:15~16:15 (45分プール授業)	バンビーニAコース 1時間目 15:15~16:15 (45分プール授業)	バンビーニAコース 1時間目 15:15~16:15 (45分プール授業)	バンビーニAコース 1時間目 15:15~16:15 (45分プール授業)	ジュニアコース 5時間目 15:45~17:00
17:00	ジュニアコースB 2時間目 16:00~17:15	ジュニアコースB 2時間目 16:00~17:15	ジュニアコースB 2時間目 16:00~17:15	ジュニアコースB 2時間目 16:00~17:15	
18:00	育成 コース ジュニアコースC 3時間目 17:00~18:15	ジュニアコースC 3時間目 17:00~18:15	育成 コース ジュニアコースC 3時間目 17:00~18:15	ジュニアコースC 3時間目 17:00~18:15	選手コース 育成コース(18:15~)
19:00	選手コース	選手コース	選手コース	選手コース 育成コース(18:15~)	
20:00			成人 コース 19:30~ 学割 コース (JSS部) ~20:30		成人 コース 19:30~ 学割 コース (JSS部) ~20:30