

レ ッ ス ン ス ケ ジ ュ ー ル

	月	火	水	木	金	土	日	
9:45	水中運動 9:45~10:30				水中運動 9:45~10:30	ジュニア AA6 9:30~10:45		
10:00						スッキリ体操 10:00~10:30	10:00	フリーコース
11:00	成人コース 10:30~11:30	フリーコース	アクアスティック 11:00~11:45	成人コース 10:30~11:30	成人コース 10:30~11:30	ジュニア BB6 10:45~12:00	ベビー 11:30~12:30	
12:00	ベビー 11:00~12:00		フリーコース	ベビー 11:00~12:00	フリーコース	フリーコース		
13:00			YOGA 13:00~14:00		YOGA 13:00~14:00	ジュニア A6 12:45~14:00		
14:00	水中運動健康 13:30~14:45		バイボリン& ウォーク 13:45~14:30	水中運動健康 13:30~14:45		ジュニア B6 13:45~15:00		
15:00	キンダー(2歳児) 14:40~15:15	休館日				ジュニア C6 14:45~16:00	休館日	
16:00	ジュニア A1 15:15~16:30		ジュニア A3 15:15~16:30	ジュニア A4 15:15~16:30	ジュニア A5 15:15~16:30			
17:00	ジュニア B1 16:15~17:30		ジュニア B3 16:15~17:30	ジュニア B4 16:15~17:30	ジュニア B5 16:15~17:30	ジュニア D6 16:15~17:30		
18:00	ジュニア C1 17:15~18:30		ジュニア C3 17:15~18:30	ジュニア C4 17:15~18:30	ジュニア C5 17:15~18:30	JSS部中高生 E6 17:15~18:30		育成 17:15~18:30
19:00	選手 18:30~20:00(20:30)		選手 18:30~20:00	選手 18:30~20:30	選手 18:30~20:00(20:30)	選手 17:30~19:30 18:30~20:00		
20:00	成人コース 19:45~21:00		成人コース 19:45~21:00		成人コース 19:45~21:00			
21:00								