

プールレッスнтаイムスケジュール

2011年1月4日(火)～2011年8月31日(水)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
13:00	《プール》 《フロア》						レッスンはいくらもかん
14:00	ウォーキング 14:00-14:30	ダンベル ウォーキング 14:00-14:30	アクア シェイプ 14:00-14:30	リズム ウォーキング 14:00-14:30	リズム たいそう 14:00-14:30	アクア シェイプ 14:00-14:30	
15:00							
19:00						ダンベル ウォーキング 19:00-19:30	
20:00	アクア シェイプ 20:00-20:30	リズム ウォーキング 20:00-20:30	リズム たいそう 20:00-20:30	アクア シェイプ 20:00-20:30	ウォーキング 20:00-20:30		
21:00							

※日・祝日のプールレッスンは休まさせていただきます。

※当施設の都合によりやすませていただく場合がございます。予めご了承ください。

※保護者同伴の方に限り、中学生からレッスンに参加できます。