

2020 11 月号

月	火	水	木	金	土	日
						1
2 休館日	3 9:30~9:50 アクアウォーキング (佐々木) 12:30~13:00 ★ アクアミット (高橋)	4 11:30~11:50 リズムウォーキング (秋山) 12:15~13:00 アクアビクスクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 足ヒレスイム (吉野)	5 12:30~13:00 ★ アクアバランス (金杉) 13:00~13:30 ★ 初めてバタフライ (三澤) 20:00~20:30 アクアダンス (高橋)	6 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 25M平泳ぎ (吉野)	7	8 13:00~13:30 ★ 水慣れクラス (秦野)
9 休館日	10 12:30~13:00 アクアダンス (高橋) 13:00~13:30 ★ 25M背泳ぎ (眞鍋)	11 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 初めてクロール (秦野)	12 9:30~10:00 アクアサーキット (利根川) 12:30~13:00 アクアダンス (佐々木) 20:00~20:30 アクアサーキット (高橋)	13 9:30~9:50 Aichi (金杉) 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 20:00~20:30 ★ レベルアップ (藤川)	14	15 15:00~15:30 アクアサーキット (金杉)
16 休館日	17 9:30~9:50 リズムアクア (佐々木) 12:30~13:00 アクアサーキット (高橋) 20:00~20:30 ★ チャレンジ背泳ぎ (三澤)	18 12:15~13:00 アクアビクスクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 初めて平泳ぎ (秦野)	19 9:30~10:00 アクアダンス (金杉) 12:30~12:50 アクアウォーキング (佐々木)	20 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 初めて背泳ぎ (眞鍋)	21	22 13:00~13:30 ★ 25Mクロール (秦野)
23 休館日	24 12:30~13:00 アクアダンス (利根川)	25 11:30~11:50 リズムアクア (佐々木)	26 12:30~13:00 ★ アクアコンディショニング (金杉) 13:00~13:30 ★ 25Mバタフライ (三澤) 20:00~20:30 ★ アクアミット (高橋)	27 9:30~9:50 リズムウォーキング (金杉) 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 20:00~20:30 ★ レベルアップ (藤川)	28	29 15:00~15:30 アクアダンス (佐々木)
30 休館日	13:00~13:30 ★ スノーケル (秦野)	12:15~13:00 アクアビクスクラス【有料】	13:00~13:30 ★ 25Mバタフライ (三澤) 20:00~20:30 ★ アクアミット (高橋)	12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 20:00~20:30 ★ レベルアップ (藤川)		

★マークのついたレッスンは、予約制となります。

