

# 2010 12月号

月	火	水	木	金	土	日
	【各種目担当コーチ】 ※11月・12月予定 ・初めてクロール 川崎 ・初めて背泳ぎ 田部井 ・初めて平泳ぎ 三澤 ・初めてバタフライ 田部井	※11月・12月予定 ・25Mクロール 秦野 ・25M背泳ぎ 川崎 ・25M平泳ぎ 三澤 ・25Mバタフライ 三澤	 <h2 style="color: blue;">今年も残り1ヶ月</h2> <p style="color: blue;">～良いお年をお迎え下さい～</p> 		1 15:00～15:30 アクアダンス (吉田)	2 15:00～15:30 アクアダンス (吉田)
3 休館日	4 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 (高橋)	5 12:15～13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00～13:30 ★ スノーケル (秦野)	6 12:30～13:00 ★ アクアコンディショニング (吉田) 13:00～13:30 ★ 25M平泳ぎ (三澤) 20:00～20:30 ★ アクアパワー (金杉)	7 9:30～9:50 アクアウォーキング (川崎) 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 (石倉)	8 13:00～13:30 ★ 初めて背泳ぎ (田部井)	9 13:00～13:30 ★ 初めて背泳ぎ (田部井)
10 休館日	11 12:30～13:00 ★ アクアパワー (金杉) 13:00～13:30 ★ 初めてクロール (川崎) 20:00～20:20 アクアウォーキング (川崎)	12 11:30～11:50 Aichi (秋山) 12:15～13:00 アクアエクササイズクラス【有料】	13 9:30～9:50 リズムアクア (吉田) 12:30～13:00 アクアダンス (利根川) 13:00～13:30 ★ チャレンジクロール (石倉)	14 12:15～13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00～13:30 ★ 25Mバタフライ (三澤)	15 15:00～15:30 アクアサーキット (金杉)	16 15:00～15:30 アクアサーキット (金杉)
17 休館日	18 9:30～9:50 リズムアクア (高橋) 12:30～13:00 アクアサーキット (石倉)	19 12:15～13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00～13:30 ★ 初めてバタフライ (田部井)	20 12:30～13:00 ★ アクアバランス (金杉) 13:00～13:30 ★ 25m背泳ぎ (川崎) 20:00～20:30 アクアサーキット (高橋)	21 12:15～13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00～13:30 ★ 初めて平泳ぎ (三澤) 20:00～20:30 ★ レベルアップ (石倉)	22 13:00～13:30 ★ 25mクロール (秦野)	23 13:00～13:30 ★ 25mクロール (秦野)
24 休館日	25 12:30～13:00 Xmasスペシャルアクア！！ (内容・スタッフは当日発表) ♪皆様のご参加お待ちしております♪	26 11:30～11:50 リズムウォーキング (吉田) 13:00～13:30 ★ 足ひれスイム (秦野)	27 9:30～10:00 アクアダンス (金杉) 20:00～20:30 ★ チャレンジバタフライ (石倉)	28 9:30～10:00 アクアサーキット (石倉) 20:00～20:30 アクアダンス (利根川)	29 短縮営業 9:00～16:00	30 短縮営業 9:00～16:00

★マークのついたレッスンは、予約制となります。