

月	火	水	木	金	土	日
				1 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 (三澤)	2	3 13:00~13:30 ★ 初めて背泳ぎ (田部井)
4 休館日	5 12:30~13:00 アクアダンス (高橋) 13:00~13:30 ★ スノーケル (秦野)	6 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)	7 9:30~9:50 リズムアクア (吉田) 12:30~13:00 アクアサーキット (利根川) 20:00~20:30 ★ アクアパワー (金杉)	8 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)	9	10 15:00~15:30 アクアサーキット (金杉)
11 休館日	12 9:30~9:50 Aichi (金杉) 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 (石倉)	13 11:30~12:00 ★ アクアミット (秋山) 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】	14 12:30~13:00 ★ アクアコンディショニング (吉田) 13:00~13:30 ★ 初めて平泳ぎ (三澤)	15 9:30~10:00 アクアダンス (石倉) 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 20:00~20:30 アクアダンス (利根川)	16	17 13:00~13:30 ★ 25mクロール (秦野)
18 休館日	19 12:30~13:00 ★ アクアミット (金杉) 13:00~13:30 ★ チャレンジクロール (石倉) 20:00~20:20 アクアウォーキング (川崎)	20 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 足ひれスイム (秦野)	21 9:30~9:50 リズムウォーキング (吉田) 12:30~13:00 ★ アクアバランス (金杉) 20:00~20:30 アクアサーキット (高橋)	22 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】 13:00~13:30 ★ 25m背泳ぎ (川崎) 20:00~20:30 ★ レベルアップ (石倉)	23	24 15:00~15:30 アクアダンス (吉田)
25 休館日	26 9:30~10:00 アクアダンス (利根川) 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)	27 11:30~11:50 リズムアクア (高橋) 12:15~13:00 アクアエクササイズクラス【有料】	28 12:30~12:50 アクアウォーキング (川崎) 13:00~13:30 ★ 25Mバタフライ (三澤)	【各種目担当コーチ】 ※1月・2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 ・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		

★マークのついたレッスンは、予約制となります。