

2025年 11月分【プール無料レッスン】

※ 11月分予約開始日 10/31(金) 17：30
※ 12月分予約開始日 11/30(日) 17：30

月	火	水	木	金	土	日
休館日					1	2 15:00～15:30 アクアミット（佐々木）
3 休館日	4 9:30～10:00 アクアトレーニング（石倉）	5	6 9:30～10:00 アクアダンス（佐々木）	7	8	9 13:00～13:30 ★足ひれスイム（眞鍋）
	12:30～13:00 ★アクアトレーニング（利根川）	13:05～13:35 ★25Mクロール（眞鍋）	12:30～13:00 ★アクアパワー（山田）	13:05～13:35 ★レベルアップ（勅使河原）		
	13:00～13:30 ★初めて背泳ぎ（長谷川）		20:00～20:30 アクアミット（秋山）	20:00～20:30 ★レベルアップ（相澤）		
10 周年祭	11 9:40～10:00 Aichi（秋山）	12 11:30～11:50 アクアウォーキング（田部井）	13 9:30～10:00 アクアトレーニング（佐々木）	14	15	16 15:00～15:30 アクアダンス（山田）
	12:30～13:00 ★アクアダンス（利根川）	13:05～13:35 ★水慣れ（長谷川）	12:30～13:00 ★アクアトレーニング（石倉）	13:05～13:35 ★25M平泳ぎ（吉野）		
	13:00～13:30 ★25Mバタフライ（勅使河原）		20:00～20:30 ★アクアパワー（秋山）	20:00～20:30 ★チャレンジバタフライ（相澤）		
17 休館日	18 9:30～10:00 アクアトレーニング（利根川）	19 11:30～11:50 リズムアクア（山田）	20 9:40～10:00 アクアウォーキング（山田）	21	22	23 13:00～13:30 ★チャレンジクロール（眞鍋）
	12:30～13:00 ★アクアトレーニング（石倉）	13:05～13:35 ★初めてバタフライ（眞鍋）	12:30～13:00 ★アクアミット（佐々木）	13:05～13:35 ★チャレンジクロール（吉野）		
	13:00～13:30 ★チャレンジ平泳ぎ（長谷川）		20:00～20:20 アクアウォーキング（相澤）	20:00～20:30 ★レベルアップ（相澤）		
24 休館日	25 9:40～10:00 リズムウォーキング（秋山）	26 11:30～11:50 アクアウォーキング（田部井）	27 9:30～10:00 アクアダンス（利根川）	28 9:30～10:00 アクアトレーニング（石倉）	29	30 15:00～15:30 アクアトレーニング（佐々木）
	12:30～13:00 ★アクアミット（山田）	13:05～13:35 ★チャレンジ背泳ぎ（長谷川）	12:30～13:00 ★アクアコンディショニング（佐々木）	13:05～13:35 ★初めて平泳ぎ（吉野）		
	13:00～13:30 ★初めてクロール（吉野）		20:00～20:30 アクアトレーニング（山田）	20:00～20:30 ★25M背泳ぎ（相澤）		

