

2024年 4月分 【プール無料レッスン】

※ 4月分予約開始日

3/31(日) 17:30

※ 5月分予約開始日

4/30(火) 17:30

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