

4月11日～4月16日 特別プールプログラム

4月9日更新

	4月11日(月)	4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)	4月16日(土)
10:00						
10:30	10:30~11:00 小山 朝-ウォーキング	10:35~11:20 名和 初級・中級クラス	休講	10:35~11:20 小池 初心者クラス		10:30~11:15 小池 初級・中級クラス
11:00						
11:30	11:20~12:05 高橋 アクアビクス					追加プログラム
12:00		11:45~12:30 横尾 アクアビクス		11:45~12:30 山岸 アクアビクス		
12:30		追加プログラム		追加プログラム		追加プログラム
13:00						
13:30	13:15~14:00 小池 初心者クラス	13:15~14:00 小池 背泳ぎ中心		13:15~14:00 小池 平泳ぎ中心	13:15~14:00 田村 初級・中級クラス	13:00~13:45 小池 クロール中心
14:00						
14:30	14:10~14:55 小山 平泳ぎ中心	14:10~14:55 藤山 バタフライ中心		14:10~14:55 小池 クロール中心	14:10~14:55 藤山 背泳ぎ中心	14:00~14:45 小池 バタフライ中心
15:00						追加プログラム
15:30				代行		
16:00						
18:00						
18:30	18:30~19:15 小池 初心者クラス					18:00~18:45 小山 初心者クラス
19:00						19:00~19:45 片岡 アクアビクス
19:30		19:30~20:15 小池 初級・中級クラス			19:30~20:15 小池 初級・中級クラス	
20:00						
20:30		20:30~21:15 小池 長距離クラス	代行	20:30~21:15 片岡 アクアビクス	20:30~21:15 小池 長距離クラス	
21:00			20:30~21:15 小山 マスターズクラス			
21:30						
22:00						

	大プール	小プール	ジャグジー・サウナ
施設利用 のご案内	月曜日～金曜日 10:30～15:00 18:15～22:00 ※火曜・金曜は19:15～となります。	10:00～16:00 18:15～22:00	10:00～16:00 17:30～22:00
	土曜日 17:15～21:00	10:00～21:00	10:00～21:00

※ ロッカールームは、施設利用時間の前後15分でご利用ください。 ※ 塔方のジャグジーのジェット及びパイプは18:00より作動します。

