

プールからのお知らせ

日頃よりプール施設をご利用いただき、誠にありがとうございます。

下記の期間にて「春休みジュニア短期スクール」を開講いたします。期間中はプールの一部コースの専用使用と、プログラムスケジュールを変更させていただきます。ご利用の会員様方にはご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

春休みジュニア短期スクール

日 程：3月29日（火）～4月1日（金）

時 間：9：00～10：00

* 3月31日（木）は保護者様のプールサイド観覧日となります。

* お子様の採暖のため、ジャグジーを使用させていただきます。

春休みジュニア短期スクール期間中のプログラムスケジュール

3月29日（火）	3月30日（水）	3月31日（木）	4月1日（金）
春休みジュニア短期スイミングスクール 9：00～10：00			
	インターバルアクア	全身シェイプ	水中貯筋トレーニング
元気が出るアクア45 10:25～11:10 前田	10:15～10:35 辻	10:15～10:45 西俣	10:15～10:35 徳満
	お腹太ももシェイプ 10:40～11:10 西俣	水泳（初級） 10:50～11:20 西俣	プレコリオ水泳 10:40～11:10 下園
	やさしいバタフライ・背泳ぎ 11:15～11:35 西俣		
		元気が出るアクア45 11:45～12:30 新屋敷	

* 12時以降のプログラムは通常どおりとなります。