



プール3月日曜担当



3 / 1

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
水中ウォーキング

小原

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
平泳ぎ

小原

13:00~15:00

ジュニアスクール
記録会

3 / 8

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
アクアシェイプ

徳満

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
クロール

徳満

3 / 15

ジュニアスクール

9:30~10:30
幼小コース 開講
11:00~12:00
小中コース 開講

ジュニアスクール
第2土曜振替日
・めざましウォーク
&ストレッチ
・お楽しみレッスン
休講

13:00~17:00

ファミリースイミング

3 / 22

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
アクア&HIIT

岩田

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
背泳ぎ

岩田

3 / 29

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
アクアエクササイズ

泊

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
バタフライ

泊