



プール5月日曜担当

5 / 3

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
太ももシェイプ &
バタ足 西俣

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
平泳ぎ 西俣

13:00~17:00
ファミリースイミング

5 / 10

無料開放デー

無料開放テースケジュールを
ご確認ください。

11:00~12:00
ジュニア体験会

12:30~13:30
アクアビクス(イベント)

13:00~16:00
プール無料開放

5 / 17

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

13:00~17:00
ファミリースイミング

5 / 24

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
(水中運動)
AQUA ZUMBA 横山

注目!

5 / 31

10:00(30分)

お楽しみレッスン
(水中運動)
水中筋トレ 小原

10:40(30分)

お楽しみレッスン(泳法)
クロール 小原