



プール 日曜担当表

8月2日

通常と時間が
異なります

10:20~10:50

アクアシェイプ

徳満

11:00~11:30

AQUA ZUMBA

横山

8月9日

10:00~10:30

水中筋トレ

小原

10:40~11:10

クロール（初級）

徳満

8月16日

10:00~10:30

お腹・太もも
シェイプ

岩田

10:40~11:10

背泳ぎ

泊

13:00~17:00

ファミリー
スイミング

8月23日

通常と時間が
異なります

9:00~10:00

ジュニア体験会

10:30~11:30

enjoy!summer
ボディメイク
アクア
要申込（有料）

13:00~17:00

夏休み！
ファミリー
スイミング
（ミニ縁日あり）

8月30日

10:00~10:30

アクア
エクササイズ

泊

10:40~11:10

平泳ぎ

岩田