

# プールプログラム 2023 1月~3月

	月	火	水	木	金	土	日
11:00 S	スイムレッスン 浪瀬 (45分)	フ リ ー	ベビースイミング 10:45~11:30	フ リ ー	水中バレー (11:15~12:00) ローター (45分)		休 館 日
							
13:45 S	水中バレー 聡美 (45分)	スイムレッスン 尾上 (45分)	水中バレー 聡美 (45分)	スイムレッスン 砂月 (45分)	フ リ ー	フ リ ー	
20:00 S	フ リ ー	ウォーキング & レクリエーション 浪瀬 (30分)	水中バレー 尾上 (45分)	わいわい ウォーキング 本田 (30分)			フ リ ー

祝日のレッスンはお休みとなります。ご了承ください。