




プールプログラム 2020 9月

	月	火	水	木	金	土	日
11:00 S	水中 バレー 浪瀬 (45分)	♡♡ スイム レッスン 浪瀬 (45分)	ベビースイミング 10:45~11:30 フ リ ー 	わいわい ウォーキング 砂月 (30分)	フ リ ー		休 館 日
13:45 S	♥ らく~なスイム ~クロール編~ 本 田 (45分)	わいわい ウォーキング 砂 月 (40分)	水中 バレー 尾上 (45分)	♡♡ ドリル スイム 尾上 (45分)	水中 バレー ローター (45分)	フ リ ー	
20:00 S	フ リ ー	わいわい ウォーキング 本田 (45分)	水中バレーは 19:45から開始します 水中 バレー 尾上 (45分)	アクアビクス 砂月 (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。