






祝日プログラム

10月8日(月)

	スタジオ		プール		
	スタジオ		プール	スクール	
9:30					9:30
45					45
10:00					10:00
15					15
30					30
45			アクアウォーク 10:30~11:00 吉田 かな		45
11:00					11:00
15					15
30	10:45~11:45 矢吹 千春		アクアダンス 11:15~11:45 吉田 かな		30
45					45
12:00			空き10分		12:00
15	12:00~12:30 小林 大昌				15
30			空き10分		30
45	12:40~13:10 小林 大昌				45
13:00					13:00
15					15
30			脂肪バイバイ 13:30~14:00 吉田 かな		30
45	13:20~14:20 鈴木 誠		インターバルスイム 14:00~14:30 柳沼 結香		45
14:00					14:00
15					15
30					30
45			空き10分		45
15:00	14:30~15:15 鈴木 誠				15:00
15					15
30					30
45					45
16:00					16:00
15					15
30					30
45					45
17:00					17:00
15					15
30					30
45					45
18:00					18:00
15					15
30					30
45					45
19:00					19:00
15					15
30					30
45					45
20:00	20:00 閉館				20:00

ジュニア
スイミング