

別紙 プールタイムスケジュール25m

対象:大人スイミング会員

2020年9月～

	月	火	水	木	金	土	日
9							
10	レディスビューティ 10:00～11:00		初心者 10:00～11:00	レディスビューティ 10:00～11:00	シェイプアップ 10:00～11:00	ジュニアスイミング	ジュニアスイミング
11	水中ウォーキング 11:15～12:15	ジュニアスイミング	水中ウォーキング 11:15～12:15	リフレッシュ 11:15～12:15	水中ウォーキング 11:15～12:15		
12	リフレッシュ 12:45～13:45		レディスビューティ 12:45～13:45	ミラクルアクア スプラッシュ 12:30～13:20	レディスビューティ 12:45～13:45		
13	腰痛・肩こり 14:00～15:00	初心者 14:00～15:00			ナイスミドル 14:00～15:00	リフレッシュ 13:30～14:30	
14							
15							
16							
17	ジュニアスイミング		ジュニアスイミング	ジュニアスイミング		ジュニアスイミング	
18		ジュニアスイミング			ジュニアスイミング		
19							
20	リフレッシュ (中学生可) 19:00～20:00			リフレッシュ (中学生可) 19:00～20:00		マスターズ 19:30～20:30	
21							