## 2021年11月~1月 教 室 時 間 割 表

_		34			
	月	火	水	木	金
	① 筋トレウォーキング 10:30~11:15 本間【定員】 20名	① はじめての水泳 10:00~10:50 多田【定員】 10名	生活器 人名 人名	がとうとう ① ウォーク&アクアビクス	10:30~11:15
業	<ul><li>② ウォーク&amp;アクアビクス</li><li>11:30~12:15</li><li>本間√【定員】 20名</li></ul>	② 中 上 級 11:00~11:50 多田【定員】 10名	が ウォーク&ジョグ 11:00~11:45 小川【定員】 20名	10:45~11:30 早坂【定員】 20名 ② アクアビクス	小川【定員】 20名
時	本間が定員。20日	③ 中 級 12:00~12:50 多田【定員】 10名	② アクアビクス 12:00~12:45 小川【定員】 20名	11:45~12:30 早坂【定員】 20名	
間				③ 初 級 13:30~14:20 土屋【定員】 10名 ④中 上 級 14:30~15:20	②初級       ③中級         13:30~14:20       13:30~14:20         土屋【定員】 10名       渡邊【定員】 10名         ④中級       ⑤中上級         14:30~15:20       14:30~15:20
9時	3 幼児(年中・年長) 15:15~16:00 【定員】 8名		<mark>③ 幼児(年少)</mark> 15:15~16:00 【定員】 8名	土屋【定員】 10名 <b>⑤ 幼児(年中・年長)</b> 15:15~16:00 【定員】 8名	
1	④ 小学生 A 16:10~17:00 【定員】 16名	<ul><li>④ 小学生 A</li><li>16:10~17:00</li><li>【定員】 8名</li></ul>	<ul><li>④ 小学生 A</li><li>16:10~17:00</li><li>【定員】 16名</li></ul>	<ul><li>⑥ 小学生 A</li><li>16:10~17:00</li><li>【定員】 16名</li></ul>	複数クラス受講が可能になった   今がチャンス!!
20 時	<ul><li>⑤ 小学生 B</li><li>17:10~18:00</li><li>【定員】 10名</li><li>⑥ 小学生 C・D・E</li></ul>	⑤ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 10名	⑤ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 10名	⑦ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 10名 ⑧ 小学生 C・D・E	☆彡「ウォーキングとアクアビクスク」 で体力と筋力アップ ☆彡「スイミングとウォーキングやアクア」 で水泳のパフォーマンスアップ
	18:10~19:00 【定員】 8名	⑥上級 18:40~19:30 山田【定員】 10名		18:10~19:00 【定員】 8名	色々な組み合わせで楽しく運動習慣を身につけ 病気や怪我に強い体を手に入れよう!!