

定期水泳教室のご案内

教室プログラム一覧

営業時間	月	火	水	木	金	
	筋力アップでケガ予防！ ① 筋トレウォーキング 10:45~11:30 本間【定員】 25名 ② アクアピクス 11:45~12:30 本間【定員】 25名			両方体験！ いいとこどり ① ウォーク&アクア 10:45~11:30 早坂【定員】 25名 ② アクアピクス 11:45~12:30 早坂【定員】 25名 ③ クロール 14:00~14:50 早坂【定員】 10名	週替わりで色々な アクアエクササイズにトライ！ ウォーキング・アクアピクスは勿論 ヌードルやビート板を使って行なう 体操やストレッチ等々、ワクワクする メニューが魅力のプログラムです！ ① ワクワクアクア 10:45~11:30 小川【定員】 25名 ② 上級 12:00~12:50 土屋【定員】 10名 ③ 初級 13:00~13:50 土屋【定員】 12名 ④ 平泳ぎ 13:00~13:50 渡邊【定員】 12名 ⑤ 中級 14:00~14:50 土屋【定員】 12名 ⑥ バタフライ 14:00~14:50 渡邊【定員】 12名 プライベートレッスン 15:00~15:30 土屋【先着】 1名 ⑦ 小学生 A 16:30~17:20 【定員】 5名	
	③ 幼児（年中・年長） 15:15~16:00 【定員】 12名	③ 幼児（年少） 15:15~16:00 土屋【先着】 1名	④ 幼児（年中・年長） 15:15~16:00 【定員】 12名			
	④ 小学生 A 16:10~17:00 【定員】 16名	⑤ 小学生 A 16:10~17:00 【定員】 5名	④ 小学生 A 16:10~17:00 【定員】 16名	⑤ 小学生 A 16:10~17:00 【定員】 16名		
	⑤ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 12名	⑥ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 12名	⑤ 小学生 A 17:10~18:00 【定員】 16名	⑥ 小学生 B 17:10~18:00 【定員】 12名		
	⑥ 小学生 C・D・E 18:10~19:00 【定員】 10名		⑥ 小学生 B 18:10~19:00 【定員】 12名	⑦ 小学生 C・D・E 18:10~19:00 【定員】 10名		
	⑦ 中上級/上級 18:40~19:30 山田【定員】 10名			⑧ 中上級/上級 18:40~19:30 山田【定員】 10名		
回数	4月17日	4月18日	4月19日	4月20日	4月20日	4月21日
	4月24日	4月25日	4月26日	4月27日	4月27日	4月28日
	5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月4日	5月5日
	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月11日	5月12日
	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月18日	5月19日
	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月25日	5月26日
	5月29日	5月30日	5月31日	6月1日	6月1日	6月2日
	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月8日	6月9日
	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月15日	6月16日
	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月22日	6月23日
	6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月29日	6月30日
	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日	7月6日	7月7日
	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月13日	7月14日
	7月17日	7月18日	7月19日	7月20日	7月20日	7月21日
	12回	10回	12回	12回	11回 ⑧中上級/上級	12回 ①ワクワクアクア

⑨小学生A・B・C・D・E各クラともレッスン初日に泳力チェックをいたします。
泳力によってクラスの移動をお願いする場合がございますので、予めご了承ください。
お申し込みの際は、各クラスの目標及び対象をよくお読みください。

学校・園の行事や体調不良等でやむを得ず欠席する場合には、シーズン内のみにて同じレベルのクラスでの振替受講をお受けいたします。回数に制限はございませんが、シーズンをまたいでの振替、未消化による返金はお受けできません。