



★盗難防止のためロッカーにはカギをかけて下さい。(50¥/1回)

	9:05～10:05	10:15～11:15	11:25～12:25	12:35～13:35	13:45～14:45	教室カレンダー(／は教室休み)						
月	HOTダイエット アクア	3泳法	4泳法A	バタフライ中級	らくらくスイム	7月	月	火	水	木	金	土
		はじめてクロール	4泳法B	はじめてバタフライ				1	2	3	4	5
火	ロングロング クロール	アクアビクス	アクアフィットネス	アクアウォーキング 45分 (12:35～13:20)	はじめて平泳ぎ		7	8	9	10	11	12
							14	15	16	17	18	19
							21	22	23	24	25	26
							28	29	30	31		
水	ロングロング 3泳法	アクアZUMBA	2泳法A	4泳法A	8月	月	火	水	木	金	土	
			らくらくスイム	ほ도가やOWS！						1	2	
木	HOTダイエット アクア	2泳法B	4泳法A	バタフライ中級		4	5	6	7	8	9	
						11	12	13	14	15	16	
						18	19	20	21	22	23	
						25	26	27	28	29	30	
金	アクアウォーキング 45分 (9:05～9:50)	アクアビクス	アクアフィットネス	2泳法C	2泳法A	7～8月は、プールは大変混雑 致します。その為プログラムを 一部変更とさせて頂いており ます。予めご了承下さい。						
土			4泳法(土) はじめて背泳ぎ &クロール	ほ도가やOWS！ (12:30～13:30)	シェイプアップアクア ウォーキング45分 (13:35～14:20)							