

4月教室時間割

...プール

...トレーニング室

...会議室

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
				らくらくディスクストレッチ 10-11		
8	9	10	11	12	13	14
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正教室 13-14		水中ウォーキング 10-11	初心者水泳教室 11-12	らくらくディスクストレッチ 10-11	
短期水泳教室 15-18			コンディショニングヨガ 13-14		短期水泳教室 15-18	
15	16	17	18	19	20	21
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正教室 13-14		水中ウォーキング 10-11	初心者水泳教室 11-12	らくらくディスクストレッチ 10-11	
短期水泳教室 15-18			コンディショニングヨガ 13-14		短期水泳教室 15-18	
22	23	24	25	26	27	28
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正教室 13-14		水中ウォーキング 10-11	初心者水泳教室 11-12	らくらくディスクストレッチ 10-11	
短期水泳教室 15-18			コンディショニングヨガ 13-14		短期水泳教室 15-18	
29	30					
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正体操 13-14					