

5月教室時間割

■...プール

■...トレーニング室



月		火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
				水中ウォーキング 10-11	初心者水泳教室 11-12		
				コンディショニングヨガ 13-14			
6		7	8	9	10	11	12
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	赤ちゃん ・ 初めてのプール 14:00-15:00 15:30-16:30
				コンディショニングヨガ 13-14		短期水泳教室 15-18	子どもにレッスン水泳教室 12-13
13		14	15	16	17	18	19
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	赤ちゃん ・ 初めてのプール 14:00-15:00 15:30-16:30
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	親子で着衣泳 12-13
20		21	22	23	24	25	26
プールでエクササイズ 10-11	館内清掃	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	赤ちゃん ・ 初めてのプール 14:00-15:00 15:30-16:30
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	
27		28	29	30	31		
プールでエクササイズ 10-11		骨盤矯正教室 13-14		コンディショニングヨガ 13-14	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						短期水泳教室 15-18	

丸杉清掃記入すること

