






9月教室時間割

・・・プール

・・・トレーニングルーム

月	火	水	木	金	土	日
2		4	5	6	7	8
		アクアビクス・水中ウォーキング コンディショニングヨガ 申込み開始日	コンディショニングヨガ 13-14			
9	10	11	12	13	14	15
プールでエクササイズ 10-11	5日間クローラ10-11 5日間ステップアップ11-12	5日間SUP教室	水中ウォーキング 10-11			
短期水泳教室 15-18	骨盤矯正教室 13-14		コンディショニングヨガ 13-14			
16	17	18	19	20	21	22
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正教室 13-14	5日間SUP教室	水中ウォーキング 10-11	短期水泳教室 15-18		
短期水泳教室 15-18			館内清掃			
23	24	25	26	27	28	29
プールでエクササイズ 10-11	骨盤矯正教室 13-14	5日間SUP教室	水中ウォーキング 10-11	短期水泳教室 15-18	 	
短期水泳教室 15-18						
30						
プールでエクササイズ 10-11						
短期水泳教室 15-18	