

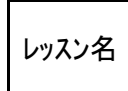


		月							火							水							木							金							土							日													
		北側			南側				北側			南側				北側			南側				北側			南側				北側			南側				北側			南側																	
		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
10:00	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース	コース			
15								10:10-10:55 うきうき体操 45分★																																																	
30																																																									
45														10:30 はじめて 30分★																																											
11:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
12:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
13:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
14:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
15:00																																																									
15:30																																																									
18:30																																																									
19:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
20:00																																																									
15																																																									
30																																																									
45																																																									
21:00																																																									
22:30																																																									

 プール
利用不可
 自由水泳
 レッスン名
コーチ付
レッスン
 ※ ★の数 は 運動量 を 表し ます
(★1弱い～★★★3強い)
 ※各曜日『1～7』は
プールコースです。
 TEL : 0283-24-5222