

スポーツ教室 7月空き状況

○=5名以上空きあり △=5名以下の空きあり ×=空きなし

	火			水			木			金			土			日				
	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア		
9:00~													初めての成人水泳	○	インナーヨガ	○	水中ウォーキング	×	脳トレストレッチ	○
													成人水泳(初中級)	○						
10:00~													水中ウォーキング	○	ヨガストレッチ	○	障害者水泳(月1回)	×	シェイプベリー	○
11:00~													親子でプール遊び	○					ZUMBA®②	○
12:00~																				
13:00~																				
14:00~	親子でプール遊び	×		成人水泳(初中級)	○	親子でプール遊び	×		脂肪燃焼アクア	○										
15:00~	水慣れトレーニング	△		水慣れトレーニング	△	水慣れトレーニング	×		水慣れトレーニング	×			水慣れトレーニング	×						
	キッズスイミング	△		キッズスイミング	△	キッズスイミング	△		キッズスイミング	×			キッズスイミング	△						
16:00~	キッズスイミング	△	放課後★キッズ	○	キッズスイミング	△	キッズスイミング	△	放課後★キッズ	○	キッズスイミング	○		ジュニアスイミング①	△					
	ジュニアスイミング①	×		ジュニアスイミング①	△	ジュニアスイミング①	△		ジュニアスイミング①	×			ジュニアスイミング②	○						
17:00~	ジュニアスイミング②	○	放課後★キッズ	△	ジュニアスイミング②	○	ジュニアスイミング②	○	放課後★キッズ	△	ジュニアスイミング②	△		ジュニアスイミング③	×					
	ジュニアスイミング③	○		ジュニアスイミング③	×	ジュニアスイミング③	×		ジュニアスイミング③	×			4泳法プログラム	×						
18:00~	4泳法プログラム	×		4泳法プログラム	×	4泳法プログラム	×		4泳法プログラム	×										
19:00~	水中筋トレ	○	RHYTHMKICK exercise	○	初めての成人水泳	○	成人水泳(初中級)	○	ヨガ・ピラティス	△	初めての成人水泳	○	大人のゆったりバレエ	○						
				成人水泳(初中級)	○	成人水泳(上級)	×		成人水泳(初中級)	○										
20:00~	AQUA ZUMBA®	○	整体ストレッチ	○		ウォーキング&スイム	○	HIITビギナー	△	成人水泳(上級)	○	ZUMBA®①	○							

※ジュニア②のクラスはクロール(呼吸あり)12.5mを泳げる方から入会可能です。

- ・お支払いは申込み当日のみとさせていただきます。
- ・お支払いができない場合や、電話での枠の確保はいたしかねます。
- ・参加者の代理での申込みはできません。(家族を除く)