

スポーツ教室 2月空き状況

2025/1/17 現在

○=5名以上空きあり △=4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	○	ウォーキング&スイム	○	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	○
																	初めての成人水泳	○		
11:00~													親子でプール遊び	○			成人水泳(初中級)	○	ZUMBA®②	○
12:00~																				
13:00~			初級ハワイアンフラ	○	水中運動(60歳以上)	○	水中ウォーキング	○									ハワイアンフラ①	○		
14:00~	成人水泳(初中級)	○			成人水泳(初中級)	○					脂肪燃焼アクア	○			水慣れトレーニング	○	ハワイアンフラ②	○		
	初めての成人水泳	○			初めての成人水泳	○														
15:00~	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	△			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①	×	放課後★キッズ	○	ジュニアスイミング①	○	ジュニアスイミング①	△	放課後★キッズ	○	ジュニアスイミング①	○	子どもバレエ	△	ジュニアスイミング①	△				
	ジュニアスイミング②	×			ジュニアスイミング②	×	ジュニアスイミング②	×			ジュニアスイミング②	×								
	ジュニアスイミング③	○																		
18:00~	苦手克服スイミング	△					苦手克服スイミング	○			4泳法プログラム	○								
19:00~	水中筋トレ	○	RHYTHMICK 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(初中級)	○								
20:00~	AQUA ZUMBA®	○	整体ストレッチ	○	初めての平泳ぎ	○	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。

- ・1月末までに受付窓口にてお支払いをお願いいたします。
- ・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)