

スポーツ教室 5月空き状況

2025/3/20 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~										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	○		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)	○							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	○						キッズスイミング	△					
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	○								
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①	△	ジュニアスイミング②	△			
				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	○	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②	○			
	ジュニアスイミング③	×		ジュニアスイミング③	×												
18:00~	苦手克服スイミング	△								子どもバレエ② 小学1年生~3年生	○						
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(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。

- ・2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)