



	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
火曜日	スタジオ	00:15-00:30 山下美	00:50-01:00 山下美	01:25-01:35 河原	01:50-02:00 山下美	02:00-02:10 ?	02:30-02:40 道北	02:40-02:50 北井	03:00-03:10 神田	03:10-03:20 合田	03:25-03:35 合田	03:40-03:50 合田	03:55-04:00 合田
	プール	00:30-00:45 小森	00:45-00:55 初心	01:00-01:10 河原	01:10-01:20 テクニック	01:20-01:30 河原	01:30-01:40 テクニック	01:40-01:50 石川	01:50-02:00 石川	02:00-02:10 石川	02:10-02:20 石川	02:20-02:30 石川	02:30-02:40 石川
水曜日	スタジオ	00:30-00:45 北井	00:50-01:00 二川	01:00-01:10 松尾	01:10-01:20 岡崎	01:20-01:30 岡崎	01:30-01:40 高嶋	01:40-01:50 高嶋	01:50-02:00 道北	02:00-02:10 道北	02:10-02:20 道北	02:20-02:30 道北	02:30-02:40 道北
	プール	00:45-00:55 初級	00:55-01:05 中級	01:05-01:15 上級	01:15-01:25 岡部	01:25-01:35 二川	01:35-01:45 二川	01:45-01:55 石川	01:55-02:05 石川	02:05-02:15 石川	02:15-02:25 石川	02:25-02:35 石川	02:35-02:45 石川
木曜日	スタジオ	00:30-00:45 岡崎	00:50-01:00 神田	01:00-01:10 山田	01:10-01:20 岡崎	01:20-01:30 岡崎	01:30-01:40 馬場	01:40-01:50 山本	01:50-02:00 山本	02:00-02:10 塚田	02:10-02:20 塚田	02:20-02:30 塚田	02:30-02:40 塚田
	プール	00:45-00:55 初級	00:55-01:05 中級	01:05-01:15 中級	01:15-01:25 岡部	01:25-01:35 岡部	01:35-01:45 石川	01:45-01:55 石川	01:55-02:05 石川	02:05-02:15 石川	02:15-02:25 石川	02:25-02:35 石川	02:35-02:45 石川
金曜日	スタジオ	00:30-00:45 山下美	00:50-01:00 山下美	01:00-01:10 合田	01:10-01:20 道北	01:20-01:30 松尾	01:30-01:40 ?	01:40-01:50 合田	01:50-02:00 合田	02:00-02:10 合田	02:10-02:20 合田	02:20-02:30 合田	02:30-02:40 合田
	プール	00:45-00:55 初級	00:55-01:05 初級	01:05-01:15 スーパー	01:15-01:25 マスターズ	01:25-01:35 今井	01:35-01:45 今井	01:45-01:55 二川	01:55-02:05 二川	02:05-02:15 二川	02:15-02:25 二川	02:25-02:35 二川	02:35-02:45 二川
土曜日	スタジオ	00:30-00:45 合田	00:50-01:00 合田	01:00-01:10 馬場	01:10-01:20 金子	01:20-01:30 金子	01:30-01:40 金子	01:40-01:50 金子	01:50-02:00 金子	02:00-02:10 金子	02:10-02:20 金子	02:20-02:30 金子	02:30-02:40 金子
	プール	00:45-00:55 中級	00:55-01:05 中級	01:05-01:15 中級	01:15-01:25 中級	01:25-01:35 中級	01:35-01:45 中級	01:45-01:55 中級	01:55-02:05 中級	02:05-02:15 中級	02:15-02:25 中級	02:25-02:35 中級	02:35-02:45 中級
日曜日	スタジオ	00:30-00:45 小林	00:50-01:00 小林	01:00-01:10 道北	01:10-01:20 道北	01:20-01:30 道北	01:30-01:40 道北	01:40-01:50 道北	01:50-02:00 道北	02:00-02:10 道北	02:10-02:20 道北	02:20-02:30 道北	02:30-02:40 道北
	プール	00:45-00:55 自由遊泳	00:55-01:05 自由遊泳	01:05-01:15 自由遊泳	01:15-01:25 自由遊泳	01:25-01:35 自由遊泳	01:35-01:45 自由遊泳	01:45-01:55 自由遊泳	01:55-02:05 自由遊泳	02:05-02:15 自由遊泳	02:15-02:25 自由遊泳	02:25-02:35 自由遊泳	02:35-02:45 自由遊泳

日曜日お楽しみレッスン

日付	レッスン名
5/6	リラックスポール (13:30~14:00)
5/13	ミュージックエアロ
5/20	チューブ&コアトレ (13:30~14:00)
5/27	ミュージックエアロ

自由遊泳となっています。 ※時間によりコース制限あり



※レッスンの内容・担当は変更する場合があります。
注) ポール (15名限定) STEP台 (20名限定) ポール (15名限定)