

西益津温水プール成人教室時間割

曜 日	時 間	教 室	ワンコイン
月	10:30～11:30	初心者水泳教室	
	10:30～11:30	泳法マスター	
	11:35～12:20	アンチエイジング エクササイズ	○
火	10:30～11:15	エンジョイアクア美クス	
	11:30～12:30	フィンで泳ごう※25m以上泳げる方	○
	14:00～14:45	水中健康運動教室	○
	18:45～19:45	いろいろ泳ごう	
水	10:30～11:30	やさしい水泳教室	
	10:30～11:30	ばっちり4泳法	
	19:00～19:45	アクアサイズ	
木	10:30～11:30	泳法マスター	
	10:30～11:30	初心者水泳教室	
	14:00～14:45	入門水泳	○
	18:45～19:15	健康体操ウォーキング	
	19:15～20:00	かんたんアクアビクス	
金	10:30～11:30	やさしい水泳教室	
	10:30～11:30	ばっちり4泳法	
土	10:10～10:50	健美爽アクア	
	16:30～17:30	成人マスターズ教室	

※ワンコインで受講できる教室は、入場料にプラス500円で参加できます。
 ※教室の開催、内容、インストラクターは予告なく変更することがあります。
 ※色塗りしてある教室は、夜間の教室になります。祝日は休講となります。