

H30年度 平和島公園水泳場 教室一覧

	月		火		水		木		金		土		日					
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ				
9:30					団体利用日			ストレッチ 行川 (先着15名)	団体利用日		小学生 初級 萩野・行川 事前申込 20名		障がい者 水泳 事前申込	ヨガ 山本 (先着15名)				
10:00								成人中級 行川 (先着10名)				幼児体操 矢野・斎藤 事前申込 12名		障がい者 水泳 事前申込				
11:00				親子体操 吉松 (先着12名)								小学生 中級 萩野・行川 事前申込 20名				ピラティス 山本 (先着15名)		
12:00												幼児水泳 行川・萩野 事前申込 10名		小学生体操 斎藤・矢野 事前申込 12名				
13:00	クロール & 背泳ぎ 萩野 (先着10名)			ベビー体操 吉松 (先着15名)				クロール & 背泳ぎ 萩野 (先着10名)				シニア 体力向上 行川 (先着15名)	★シニア 水中運動 (約60名)					
14:00	平泳ぎ 萩野 (先着10名)							平泳ぎ 萩野 (先着10名)							ボクシングエク ササイズ 中井 (先着15名)			
15:00	バタフライ 萩野 (先着10名)																	
16:00								幼児水泳 行川・桑原 事前申込 10名										
17:00 ~ 20:45																		
														夜間休業				

★シニア水中運動(金)は、開催日程が別途ございます。ご確認ください。

※事前申込教室・・・各教室チラシで、ご確認ください。