

令和4年度 平和島公園水泳場 教室一覧【4月～6月】

| 9:30 | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | | |
|-------|-----|------|-----|--|-----|-----|------|---|------|--|------|-----|------|-----|--|
| | プール | スタジオ | プール | スタジオ | プール | 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 |
| 10:00 | | | | | | | | NEW 成人ストレッチ 9:30～10:30 定員15名 上野 | | 大人のための水泳入門① 9:30～10:20 定員20名 柴田・萩野 | | | | | やさしいヨガ 9:20～10:20 定員15名 山本 |
| 10:30 | | | | 親子体操 10:00～10:50 定員12組 吉松 | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | NEW 元気体操 10:40～11:30 定員15名 上野 | | 大人のための水泳入門② 10:25～11:15 定員20名 柴田・萩野 | | | | | ピラティス 10:30～11:30 定員15名 山本 |
| 11:30 | | | | リフレッシュヨガ 11:00～11:50 定員15名 吉松 | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | NEW パンチ&キック 12:30～13:30 定員15名 棟方 |
| 13:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:30 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | |

5/11より
新規開催

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW

NEW