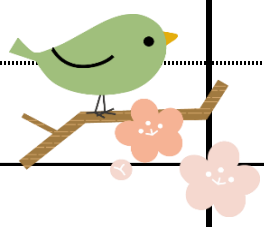
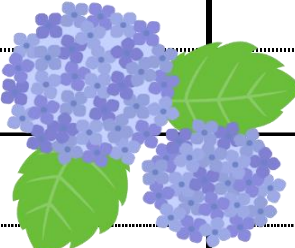
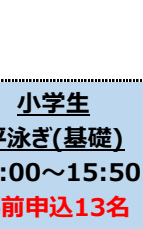
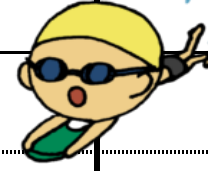
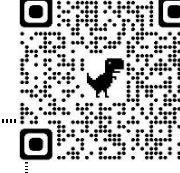


2025/4/30

	月	火	水	木	金	土	日						
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ					
9:30				成人ストレッチ 9:30~10:30 18歳以上 定員15名 ¥500 上野	大人の水泳入門 9:30~10:20 毎週 定員15名 ¥800 栄田	予約 小学生 Girls HIPHOP Class① (1年~4年) 10:00~10:50 事前申込12名 ¥1000 竹内	予約 小学生 はじめての水泳① 9:30~10:20 事前申込13名 萩野 ¥1000	やさしいヨガ 9:20~10:20 定員15名 ¥500 山本					
10:00				クロール・背泳ぎ ステップアップ”中級” 10:15~11:00 定員15名 ¥800 大塚	水泳パーソナル レッスン午前①② ①10:00~10:30 ②10:40~11:10 定員1名 ¥1000 金谷	予約 小学生 Girls HIPHOP Class② (3年~6年) 11:00~11:50 事前申込12名 ¥1000 竹内	予約 小学生 はじめての水泳② 10:30~11:20 事前申込13名 萩野 ¥1000	ピラティス 10:30~11:30 定員15名 ¥500 山本					
10:30				元気体操 10:40~11:30 概ね50歳以上 定員15名 ¥500 上野	アクアエクササイズ 11:20~12:05 定員40名 ¥500 大塚								
11:00													
11:30									障がい者水泳 13:00~15:00ころ ご相談により 随時開催いたします ご連絡お待ちしております 1組 ¥1000 多田	ゆったり 水中ウォーキング 13:00~13:50 定員10名 第4は休講 ¥500 加藤	予約 水泳パーソナル レッスン午後①~④ ①13:30~14:00 ②14:10~14:40 ③14:50~15:20 ④15:30~16:00 定員1名 ¥1000 多田・加藤	子供かけっこ教室 (年少~小3まで) 13:00~14:00 定員15名 ¥500 上野	芯から鍛える体幹教室 (18歳~シルバー) 14:10~15:10 定員15名 ¥500 上野
12:00									楽しくはじめる エアロビクス 13:35~14:35 定員15名 ¥500 立野	区主催 第4水曜_らくらく水中ウォーク		予約 幼児水泳① 15:00~15:50 事前申込10名 ¥1000 荒川	予約 小学生 平泳ぎ(基礎) 15:00~15:50 事前申込13名 ¥1000 中村
12:30													
13:00													
13:30													
14:00													
14:30													
15:00													
15:30													
16:00													
16:30	予約 小学生 クロール水泳 16:30~17:20 定員13名 ¥1000 第2・第4・第5 安里	予約 小学生体操①② ①16:50~17:40 ②17:50~18:40 事前申込各16名 海老澤 ¥1000	予約 幼児水泳① 15:00~15:50 事前申込10名 ¥1000 荒川	予約 小学生 バタフライ(基礎) 16:00~16:50 事前申込13名 ¥1000 中村	予約 小学生 HIPHOP Class① (1年~4年) 16:30~17:20 事前申込12名 ¥1000 竹内	予約 幼児水泳② 16:00~16:50 事前申込13名 ¥1000 安里							
17:00			予約 小学生 のびのび水泳 17:00~17:50 事前申込30名 ¥1000安里・橋本・加藤	予約 小学生 上級コース 17:00~17:50 事前申込15名 ¥1000 中村	予約 小学生 4泳法マスター 17:10~18:00 事前申込20名 萩野 ¥1000								
17:30		オリジナル シェイプアップBOX 18:50~19:30 定員15名 ¥500 棟方											
18:00													
19:00													

このマークはご予約が必要な教室です。
マークのない教室は当日受付まで。

子供教室の空き情報
公式Xはこちら



お問い合わせ : 03-3764-8424