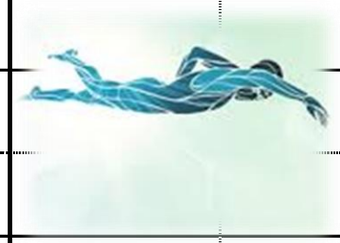
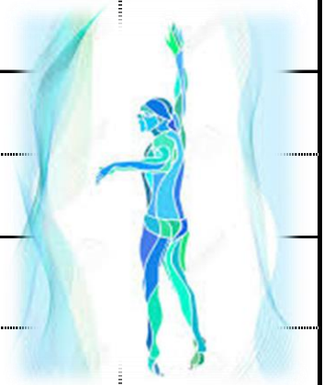
2022年　平和島公園水泳場　教室一覧【9月～12月】

2022/9/11

	月		火		水		木		金	土		日	
	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール①	プール②	プール	スタジオ	プール	プール	スタジオ	プール	スタジオ
9:30						NEW 近日開催予定		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 栄田・萩野				やさしいヨガ 9:20～10:20 定員15名 山本
10:00				親子体操 10:00～10:50 定員12組 吉松		クロール・背泳ぎのステップアップ教室　定員10名 10:30～11:15 大塚							
10:30								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 栄田・萩野				ピラティス 10:30～11:30 定員15名 山本
11:00				リフレッシュヨガ 11:00～11:50 定員15名 吉松									
11:30					時間変更	アクアエクササイズ 11:30～12:20 定員40名 大塚							
12:00					アクアウォーキング 12:00～12:50 定員20名 行川								
12:30													パンチ＆キック 12:30～13:30 定員15名 棟方
13:00					障がい者水泳 13:00～13:50 当日受付1組 行川			踏み台エクササイズ 13:00～14:00 定員15名 立野			アニマルフロー① (小3まで・親子可) 13:00～14:00 定員15名 上野		
13:30						成人水泳4泳法 13:25～14:15 定員20名 栄田							
14:00											アニマルフロー② (小4以上) 14:10～15:10 定員15名 上野		
14:30													
15:00				幼児体操① (年少年中) 15:00～15:50 事前申込18名 海老澤	幼児水泳① 15:00～15:50 事前申込10名 孫崎								
15:30	ウォーター コンディショニング 15:30～16:20 定員5名 第2・第4・第5 行川								幼児水泳① 15:30～16:20 事前申込10名 行川				
16:00				幼児体操② (年中年長) 16:00～16:50 事前申込18名 海老澤	幼児水泳② 16:00～16:50 事前申込10名 孫崎								
16:30	クロール水泳 小学生 16:30～17:20 定員10名 第2・第4・第5 行川								幼児水泳② 16:25～17:15 事前申込10名 行川				
17:00				小学生体操 17:00～17:50 事前申込18名 海老澤	小学生 のびのび水泳 17:00～17:50 事前申込20名 孫崎	小学生 4泳法マスター 17:00～17:50 事前申込20名 萩野・行川							
17:30													
18:00													
19:00													