

2月メンバーズレッスンスケジュール(プール)

<2012. 2/1(水)~2/29(水)>


	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	メンバーズ	有料	歩x	メンバーズ	有料	歩x	メンバーズ	有料	歩x	メンバーズ	有料	歩x	メンバーズ	有料	歩x	メンバーズ	有料	歩x
9:00	11:00まではスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			11:00まではスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			11:00まではスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			11:00まではスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。								
10:00																10:30 ウォーク&ジョグ 齋藤義則		
11:00	11:15 パタフライ 岡田行生			11:00 婦人クラス (中・上級) 小関吉範			11:15 アクアピクス 松浦 翼			11:00 アクアピクス 松崎たまき			11:00 アクアタイチ 王 涛			11:00 アクアピクス 齋藤義則		
12:00	12:15 アクアピクス 徳安郁子			12:00 ヌードルシェイプ 小林淳子			ストレッチ&ジョグ 松浦 翼			平泳ぎ 小関吉範			ウォーク&ジョグ 石井里香	11:35~		12:00 泳法(初・中級) 勝又 茂		
13:00	ウォーク&シェイプ 徳安郁子			アクアピクス 小林淳子			クロール 飯田和恵			アクアシェイプ 村山さとみ			泳法(初・中級) 鈴木秀史					
14:00	14:00~18:00はスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			14:00~18:00はスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			14:00~18:00はスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。			14:00~18:00はスイミングスクールのため、自由遊泳のみのご利用とさせていただきます。						14:00 アクアピクス 5日 松崎 12日 大竹 19日 本郷 26日 村山		
15:00																14:30 アクアZUMBA 住吉真理		
16:00																16:00 泳法(中級) 齋藤 繁		
17:00																		
18:00	18:30 泳法(初・中級) 小関吉範			18:30 泳法(初・中級) 勝又 茂			18:15 アクアシェイプ 倉田 幸			18:45 泳法(初・中級) 飯田和恵			18:00 腰痛水泳 岡田行生					
19:00	19:00 アクアピクス(無料) 本郷智子			19:30 アクアピクス 徳安郁子			19:30 泳法(中級) 鈴木秀史						19:00 クロール 岡田行生					
20:00	19:30 ビューティーコア エクササイズ 本郷智子			20:00 ミットエクササイズ 徳安郁子						20:00 トライアスロン& マスターズ 岡田行生			19:00 スキルアップ 岡田行生					
21:00	20:00 トライアスロン& マスターズ 小関吉範																	
22:00																		

2月11日(土)は、祝日のため特別営業となります。

営業時間：9:00~20:30
運動施設利用時間：9:00~20:00となります。

また、メンバーズレッスンは特別レッスンスケジュールとなりますので別紙または2階スタジオ案内板でご確認下さい。

・都合によりインストラクターの変更およびレッスン内容を変更する場合がありますのでご了承ください。

・「歩x」:  の時間帯のみ歩行コースはメンバーズレッスンに使用させていただきます。(歩行ご希望の方はプールスタッフにご相談ください。)

・プライベートレッスン・有料レッスンは、プールスタッフまでお申込みください。