

関市武芸川健康プール プールレッスン表

2013年度 第4期

2014年 1月7日(火)～3月28日(金)まで

	火	水	木	金	土	日・祝
10時	MP077	MP086		MP080	MP096	
11時	10:30-11:15 流水ウォーキング 中級 25名	10:30-11:00 はじめてスイム 初心 10名		10:30-11:15 流水ウォーキング 中級 25名	10:30-11:15 チャレンジスイム 中級(クロール) 10名	
12時	11:25-12:10 チャレンジスイム 中級(3種目) 10名	11:10-11:55 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	11:10-11:55 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	11:25-12:10 チャレンジスイム 中級(3種目) 10名	11:25-12:10 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	
13時	MP097	MP087	MP090	MP099	MP093	
14時	MP078	MP076	MP079	MP084		
15時	13:30-14:15 流水ウォーキング 中級 25名	13:30-14:15 流水ウォーキング 初級 25名	13:30-14:15 流水ウォーキング 中級 25名	13:30-14:15 インチャク教室 25名		
16時	14:30-15:00 らくらく超音波流水 10名	14:30-15:15 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	14:30-15:15 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	14:30-15:15 チャレンジスイム 中級(クロール) 10名		
17時	MP075	MP088	MP091	MP095		
18時						17:00 まで
19時	MP094	MP089	MP081	MP085		
20時	19:00-19:45 チャレンジスイム 中級(クロール) 10名	19:00-19:45 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	19:00-19:45 ウォーキングピクス 25名	19:00-19:45 インチャク教室 25名		
21時	20:00-20:30 シェイプアップ アクアピクス 30名	19:50-20:35 チャレンジスイム 中級(3種目) 10名	19:50-20:35 チャレンジスイム 初級(クロール) 10名	20:00-20:30 シェイプアップ アクアピクス 30名		
	MP082	MP098	MP092	MP083		

◆対象者:18歳以上の方(高校生不可)

◆料 金:1クラス 2,000円 ※アクアピクス・インチャク教室 3,000円(施設利用料別途)

◆申込み:武芸川健康プールにて申込み受付いたします。

ご希望の方は、スタッフまでお申し出ください。