

2019年 9～12月定期制プール教室 日程表

曜日	教室名	時間	料金	回数	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮
月	たっぷり燃焼水中運動	11:00～11:45	4,690円	全10回															
	膝腰痛予防改善運動	13:00～13:45	4,690円	全10回	9/9	祝日	祝日	9/30	10/7	祝日	10/21	10/28	祝日	11/11	換水	11/25	12/2	12/9	12/16
	元気の出るアクア	20:00～20:45	4,690円	全10回															
火	アクアシルバー【高】	10:00～10:45	5,420円	全13回															
	アクアビクス(火)	11:00～11:45	6,090円	全13回	9/10	9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	祝日	10/29	11/5	11/12	換水	11/26	12/3	12/10	12/17
	リフレッシュ・ウォーキング(火)	14:00～14:45	6,090円	全13回															
	水中運動	19:00～19:45	6,090円	全13回															
水	のんびり水中運動【高】	10:00～10:45	5,840円	全14回	9/11	9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	換水	11/27	12/4	12/11	12/18
	アクアビクス(水)	13:00～13:45	6,570円	全14回															
木	アクアビクス(木)	14:00～14:45	5,160円	全11回	9/12	休館日	9/26	10/3	10/10	休館日	10/24	10/31	11/7	11/14	休館日	11/28	12/5	12/12	休館日
金	脂肪燃焼系アクア(金)	10:00～10:45	6,570円	全14回	9/13	9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	換水	11/29	12/6	12/13	12/20
	リフレッシュ・ウォーキング(金)	10:00～10:45	6,570円	全14回															
	ちょっと燃焼系水中運動	11:00～11:45	6,570円	全14回															
土	はつらつ燃焼系水中運動	11:00～11:45	6,110円	全13回	行政 使用	9/21	9/28	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	祝日	11/30	12/7	12/14	12/21
	脂肪燃焼系アクア(土)	12:00～12:45	6,110円	全13回															

※消費税率の引き上げに伴い、9月分を8%、10月分を10%で算出しています。