

2023年 4～7月定期制プール教室 日程表

3月1日 作成

曜日	No	教室名	時間	料金	回数	定員	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	⑪	⑫	⑬	⑭	⑮		
月	54	たっぶり燃焼水中運動	10:55～11:45	8,580円	全13回	18名																	
	55	膝腰痛予防改善運動	12:55～13:45	8,580円	全13回	18名		4/10	4/17	4/24	GW休み	5/8	5/15	5/22	5/29	6/5	6/12	6/19	6/26	7/3	7/10		
	56	元気の出るアクア	19:55～20:45	8,580円	全13回	8名																	
火	57	アクアシルバー 【高】	9:40～10:30	5,860円	全13回	18名																	
	58	アクアビクス(火)	10:40～11:30	8,580円	全13回	15名		4/11	4/18	4/25	GW休み	5/9	5/16	5/23	5/30	6/6	6/13	6/20	6/27	7/4	7/11		
	59	リフレッシュ・ウォーキング(火)	13:55～14:45	8,580円	全13回	18名																	
	60	水中運動	18:55～19:45	8,580円	全13回	15名																	
水	61	のんびり水中運動 【高】	9:55～10:45	6,310円	全14回	16名	4/5	4/12	4/19	4/26	祝日	5/10	5/17	5/24	5/31	6/7	6/14	6/21	6/28	7/5	7/12		
	62	アクアビクス(水)	12:55～13:45	9,240円	全14回	18名																	
木	63	アクアビクス(木)	13:55～14:45	7,260円	全11回	18名	4/6	4/13	休館日	4/27	祝日	5/11	休館日	5/25	6/1	6/8	休館日	6/22	6/29	7/6	7/13		
金	65	リフレッシュ・ウォーキング(金)	9:55～10:45	9,240円	全14回	16名																	
	64	脂肪燃焼系アクア(金)	9:55～10:45	9,240円	全14回	16名	4/7	4/14	4/21	4/28	祝日	5/12	5/19	5/26	6/2	6/9	6/16	6/23	6/30	7/7	7/14		
	66	ちょっと燃焼系水中運動	10:55～11:45	9,240円	全14回	16名																	
土	67	はつらつ燃焼系水中運動	10:55～11:45	7,920円	全12回	15名	4/8	4/15	4/22	祝日	GW休み	5/13	5/20	5/27	6/3	6/10	6/17	6/24	7/1	7/8			
	68	脂肪燃焼系アクア(土)	11:55～12:45	7,920円	全12回	15名																	

※行政使用や社会情勢等により、回数に変更になる場合があります。