

2025年 5月度 プールレッスンプログラム日程表

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				アクアエクササイズ 11:30-12:10 プライベート レッスン 16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30	初めてスイム 12:30-13:00 アクアエクササイズ 14:30-15:10 らくらくスイム 18:30-19:20	GW特別レッスン 水なれ入門 13:30-14:20 クロールマスター 14:30-15:20 バタフライにチャレンジ 15:30-16:20
4	5	6	7	8	9	10
		プライベート レッスン 15:30-16:00 16:00-16:30 16:30-17:00 17:00-17:30	休館日	アクアエクササイズ 11:30-12:10 アクアフィットネス 18:30-19:15	水中ウォーキング 10:30-11:15 初めてスイム 12:30-13:00 アクアエクササイズ 14:30-15:10 らくらくスイム 18:30-19:20	キッズ初めて水泳 ①10:30-11:20 ②11:30-12:20 小学生初めて水泳 ①13:30-14:20 ②14:30-15:20 ③15:30-16:20
11	12	13	14	15	16	17
		ワンポイントレッスン ①10:30/②14:20/③18:30 アクアフィットネス 11:30-12:15 キッズ初めて水泳 15:30-16:20 小学生初めて水泳 16:30-17:20	成人スイム教室 10:30-11:20 お手軽水中運動 12:30-13:00 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20	アクアエクササイズ 11:30-12:10 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20 アクアフィットネス 18:30-19:15	水中ウォーキング 10:30-11:15 初めてスイム 12:30-13:00 アクアエクササイズ 14:30-15:10 らくらくスイム 18:30-19:20	キッズ初めて水泳 ①10:30-11:20 ②11:30-12:20 小学生初めて水泳 ①13:30-14:20 ②14:30-15:20 ③15:30-16:20
18	19	20	21	22	23	24
		ワンポイントレッスン ①10:30/②14:20/③18:30 アクアフィットネス 11:30-12:15 キッズ初めて水泳 15:30-16:20 小学生初めて水泳 16:30-17:20	成人スイム教室 10:30-11:20 お手軽水中運動 12:30-13:00 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20	アクアエクササイズ 11:30-12:10 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20 アクアフィットネス 18:30-19:15	水中ウォーキング 10:30-11:15 初めてスイム 12:30-13:00 アクアエクササイズ 14:30-15:10 らくらくスイム 18:30-19:20	キッズ初めて水泳 ①10:30-11:20 ②11:30-12:20 小学生初めて水泳 ①13:30-14:20 ②14:30-15:20 ③15:30-16:20
25	26	27	28	29	30	31
		ワンポイントレッスン ①10:30/②14:20/③18:30 アクアフィットネス 11:30-12:15 キッズ初めて水泳 15:30-16:20 小学生初めて水泳 16:30-17:20	成人スイム教室 10:30-11:20 お手軽水中運動 12:30-13:00 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20	アクアエクササイズ 11:30-12:10 キッズ・小学生・上級 15:30-18:20 アクアフィットネス 18:30-19:15	水中ウォーキング 10:30-11:15 初めてスイム 12:30-13:00 アクアエクササイズ 14:30-15:10 らくらくスイム 18:30-19:20	キッズ初めて水泳 ①10:30-11:20 ②11:30-12:20 小学生初めて水泳 ①13:30-14:20 ②14:30-15:20 ③15:30-16:20

○ レッスン開催時はご利用コースが制限されます。予めご了承ください。

○ キッズスイミングスクール・小学生スイミングスクール・

上級スイミングスクールは事前にお申し込みされた方のみ参加となります。

○ ワンポイントレッスン・アクアエクササイズ、**お手軽水中運動、初めてスイム** は開催当日のお申し込みとなります。レッスン開始1時間前より受付・プールサイドにて受付を開始いたします。先着順。

○ らくらくスイムは600円/1回 前日までの事前予約制です。

○ 定員以上の受付、開始時間を過ぎてからのご参加は出来ません。

○ 予告なく変更・中止になる場合がございます。予めご了承ください。

1回600円事前受付 無料:当日受付

事前申し込み

代行レッスン

2025年4月20日現在