

2025年 10月度 プールレッスンプログラム日程表

日	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
			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 キッズ・小学生・上級 15：30-18：20 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
5	6	7	8	9	10	11
	休館日	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 キッズ・小学生・上級 15：30-18：20 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
12	13	14	15	16	17	18
	スポーツの日 特別レッスン 11:30～12:15 プライベート レッスン 16:00/16:30 17:00/17:30	休館日	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 キッズ・小学生・上級 15：30-18：20 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
19	20	21	22	23	24	25
	← 10/20(月)～10/27(月) プール棟 換水清掃のため臨時休館(予定)					
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 キッズ・小学生・上級 15：30-18：20 らくらくスイム 18：30-19：20	

- レッスン開催時の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 | |
| 無料イベント(当日受付) | 代行レッスン |
- 2025年9月20日現在