

2025年 12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	4	5	6
	休館日	ワンポイントレッスン ①10：30/②14：20/③18：30		アクアエクササイズ 11：30-12：10	水中ウォーキング 10：30-11：15	プライベート レッスン 13:30/14:00 14:30/15:00 15:30/16:00
		アクアフィットネス 11：30-12：15	お手軽水中運動 12：30-13：00		初めてスイム 12：30-13：00	
		キッズ初めて水泳 15：30-16：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	アクアエクササイズ 14：30-15：10	
		小学生初めて水泳 16：30-17：20		アクアフィットネス 18：30-19：15	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	
7	8	9	10	11	12	13
	休館日	ワンポイントレッスン ①10：30/②14：20/③18：30		アクアエクササイズ 11：30-12：10	水中ウォーキング 10：30-11：15	初めて水泳 体験レッスン キッズ 13:30～14:10 小学生 14:30～15:10
		アクアフィットネス 11：30-12：15	お手軽水中運動 12：30-13：00		初めてスイム 12：30-13：00	
		キッズ初めて水泳 15：30-16：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	アクアエクササイズ 14：30-15：10	
		小学生初めて水泳 16：30-17：20		アクアフィットネス 18：30-19：15	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	
14	15	16	17	18	19	20
	休館日	ワンポイントレッスン ①10：30/②14：20/③18：30		アクアエクササイズ 11：30-12：10	初めてスイム 12：30-13：00	
		アクアフィットネス 11：30-12：15	お手軽水中運動 12：30-13：00		アクアエクササイズ 14：30-15：10	
		キッズ初めて水泳 15：30-16：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	
		小学生初めて水泳 16：30-17：20			らくらくスイム 18：30-19：20	
21	22	23	24	25	26	27
	休館日	ワンポイントレッスン ①10：30/②14：20/③18：30		アクアエクササイズ 11：30-12：10	初めてスイム 12：30-13：00	
			お手軽水中運動 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	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	キッズ・小学生・上級 15：30-18：20	
					らくらくスイム 18：30-19：20	
28	29	30	31			
	年末年始プール休館日お知らせ 12/29(月)～1/3(土)					



- 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11月20日現在