

ニノ切温水プール 会議室スケジュール(2023年度)

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	会議室	会議室	会議室	会議室	会議室	
9:00						9:00
30						30
10:00	シニア元気フィットネス 09:30～10:30 65歳以上	シニア元気フィットネス 09:30～10:30 65歳以上	シニア元気フィットネス 09:30～10:30 65歳以上		のびのび体育① 09:30～10:30 小学生 低学年クラス	10:00
30						30
11:00	ピラティス 10:45～11:45 高校生以上	コアコンディショニング 10:45～11:45 高校生以上	ソフトエアロ 10:45～11:45 高校生以上		のびのび体育② 10:30～11:30 小学生 低学年クラス	11:00
30						30
12:00					のびのび体育 11:30～12:30 幼児(未就学) 年中・年長クラス	12:00
30						30
13:00					のびのび体育①・② 内容の違いはございません。時間のみ	13:00
30						30
14:00						14:00
30						30
15:00						15:00
30						30
16:00						16:00
30	ダンススタジオ 16:15～17:15 小学生 低学年クラス		ダンススタジオ 16:30～17:30 小学生 低学年クラス			30
17:00						17:00
30						30
18:00	ダンススタジオ 知的障がい者 17:30～18:30 療育手帳 (高校生以上)		ダンススタジオ 17:30～18:30 小学生 高学年クラス			18:00
30						30
19:00				ダンスフィットネス 19:00～20:00 高校生以上		19:00
30						30
20:00						20:00