



# 下福島プール 教室カレンダー

## 2024年10、11月度 (レッスンは8回です)

10月度 (10/1~11/1)							
日	月	火	水	木	金	土	
		1 1回目	2 1回目	3 休館日	4 1回目	5 1回目	
6 1回目	7 1回目	8 2回目	9 2回目	10 休館日	11 2回目	12 2回目	1週目 青色
13 2回目	14 2回目	15 3回目	16 3回目	17 休館日	18 3回目	19 3回目	2週目 緑色
20 3回目	21 3回目	22 4回目	23 4回目	24 休館日	25 4回目	26 4回目	3週目 オレンジ
27 4回目	28 4回目	29 5回目	30 5回目	31 休館日	11月1日 5回目		4週目 ピンク
<p>← 継続期間 →</p> <p>12,11月度へ継続、コース変更 申込は10月11日 (金) から 11月1日 (金) までです。</p>							

11月度 (10/29~11/25) スイミング進級テスト12日 (火) ~18日 (月)							
日	月	火	水	木	金	土	
		10月29日 5回目	10月30日 5回目	10月31日 休館日	1 5回目	2 5回目	5週目 青色
3 5回目	4 5回目	5 6回目	6 6回目	7 休館日	8 6回目	9 6回目	6週目 緑色
10 6回目	11 6回目	12 7回目	13 7回目	14 休館日	15 7回目	16 7回目	7週目 オレンジ
17 7回目	18 7回目	19 8回目	20 8回目	21 休館日	22 8回目	23 8回目	8週目 ピンク
24 8回目	25 8回目	26 12月度	27 12月度	28 休館日	29 12月度	30 12月度	← スイミングテスト →
<p>12,11月新規申込開始は 11月10日 (日) 9時30分 子ども水泳ABC10時30分~</p>							

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	金曜日	土曜日	日曜日
スタジオ	大人 きらっと！体操 ボールエクササイズ ストレッチチューブヨガ ヨガ はじめての美エクササイズ はじめてのパワーヨガ トータルボディケア	ボールDEピラティス ピラティス&ウォーキング	太極拳 卓球教室A きらっと！体操 卓球教室B ヨガ 背骨コンディショニング	太極拳 ZUMBA フラダンス ベリーダンス ヨガ	ピラティス&ウォーキング ヨガ	
	子ども ロックダンス	子ども体操ABCD	キッズバレエB	キッズバレエC	キッズダンスAB	子ども空手AB キッズバレエA
プール	大人 大人水泳教室 クロール中級	大人水泳 (中級)	大人水泳 (中級)		レベルアップ4泳法	
	子ども ベビースイミング リトルスイミング 子ども水泳ABC-1	ベビースイミング リトルスイミング 子ども水泳ABC-2	リトルスイミング 子ども水泳ABC-3	ベビースイミング リトルスイミング 子ども水泳ABC-5	ベビースイミング リトルスイミング 子ども水泳ABC-6	

# 下福島プール



TEL 06-6444-3450 (木曜日休館日)