



# 下福島プール 教室カレンダー

## 2024年度12、1月 (レッスンは8回です)

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

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

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)