

【下福島プール スタジオ・プール タイムスケジュール】

2025年4月～

	月 (MON)			火 (TUE)		水 (WED)		金 (FRI)		土 (SAT)		日 (SUN)			
	スタジオ	会議室	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		
9:00														9:00	
9:30	きらっと！体操 浅野 9:20-10:20		大人水泳教室 (初級) 中村 9:30-10:30		アクアピクス 藤本 9:30-10:00				太極拳 中村 9:50-10:50		アクアピクス 藤本 9:30-10:00		レベルアップ 4泳法 高橋・大東 9:30-10:30	子ども 空手教室A 大浜 9:30-10:30	9:30
10:00				ボールDE ピラティス 東口 10:00-11:00		太極拳 中村 9:50-10:50									10:00
10:30	ボール エクササイズ 入江 10:30-11:30	ストレッチ ヨガ 菅原 10:30-11:30	ベビー スイミング 10:40-11:40			卓球教室A (初級) 松本 11:00-12:00	大人水泳教室 (中級) 植山 10:40-11:40			ZUMBA 松本 11:00-12:00	ベビー スイミング 10:40-11:40				10:30
11:00				ピラティス & ウォーキング 東口 11:10-12:10		関西卓球アカデミー 11:00-12:30									11:00
11:30															11:30
12:00	ヨガ 菅原 11:45-12:45														12:00
12:30															12:30
13:00	はじめての 美・エクササイズ 福田 13:00-14:00														13:00
13:30															13:30
14:00															14:00
14:30			リトル スイミング 14:30-15:30												14:30
15:00															15:00
15:30				子ども体操A II 山田 15:20-16:10											15:30
16:00			子ども 水泳教室A1 15:30-16:40			卓球教室B (中上級) 14:30-15:30	リトル スイミング 14:30-15:30								16:00
16:30				子ども体操B II 山田 16:20-17:15		関西卓球アカデミー 14:30-16:30	子ども 水泳教室A2 15:30-16:40								16:30
17:00			子ども 水泳教室B1 16:30-17:40												17:00
17:30				子ども体操C II 山田 17:25-18:25			子ども 水泳教室A3 15:30-16:40								17:30
18:00	ロックダンス 花岡 17:30-18:30		子ども 水泳教室C1 17:30-18:40			キッズバレエ (Bクラス) 松川 16:45-17:45	子ども 水泳教室B2 16:30-17:40								18:00
18:30							子ども 水泳教室B3 16:30-17:40								18:30
19:00				子ども体操D II 山田 18:35-19:35			子ども 水泳教室C2 17:30-18:40								19:00
19:30			クロール 中級 杉野 18:55-19:55				子ども 水泳教室C3 17:30-18:40								19:30
20:00	トータル ボディケア 入江 19:50-20:50					ヨガ 山本 18:30-19:30	大人水泳教室 (中級) 廣瀬 18:55-19:55								20:00
20:30															20:30
21:00						青春コンディ ショニング 小田 19:45-20:45									21:00

営業時間

4月～11月平日 9:00～22:00 (最終受付21:15)
 土日・祝日、12月～3月平日 9:00～21:00 (最終受付20:15)

定休日 毎週木曜日
 ※木曜日が祝日の場合は次の休日でない日が休館となります。
 年末年始12月28日～1月4日は休館日

※都合により、教室が休講したり、担当者が変更したりする場合がございます。予め、ご了承ください。