

【下福島プール スタジオ、プールタイムスケジュール】

2024年11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												
9:30	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		アクアビクス 藤本 9:30-10:00				アクアビクス 藤本 9:30-10:00		レベルアップ 4泳法 高橋 9:30-10:30	子ども 空手教室A 大浜 9:30-10:30	アクアビクス 藤本 9:30-10:00
10:00			ポールDE ピラティス 東口 10:00-11:00		太極拳 中村 9:50-10:50	大人水泳教室 (中級) 植山 10:40-11:40		太極拳 中村 9:50-10:50		ピラティス & ウォーキング 東口 10:15-11:45		
10:30	ボール エクササイズ 入江 10:30-11:30	ストレッチ チューブヨガ 菅原 10:30-11:30		ベビー スイミング 10:40-11:40	卓球教室A (初中級) 関西卓球アカデミー 11:00-12:30			ZUMBA 松本 11:00-12:00	ベビー スイミング 10:40-11:40		子ども 空手教室B 大浜 10:45-11:45	
11:00			ピラティス& ウォーキング 東口 11:10-12:10									
11:30					きらっと！体操 浅野 13:00-14:00			フラダンス 古木 12:15-13:15		ヨガ 水本 12:00-13:00		キッズバレエ (Aクラス) 松川 12:00-13:00
12:00	ヨガ 菅原 11:45-12:45											
12:30												
13:00	はじめての 美・エクササイズ 福田 13:00-14:00											
13:30										キッズダンス (Aクラス) Kanae 13:15-14:15		
14:00										キッズダンス (Bクラス) Kanae 14:15-15:15	リトル スイミング 13:30-14:30	
14:30												
15:00												
15:30												
16:00												
16:30												
17:00												
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00												
20:30												
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。