

楽々クラブタイムスケジュール

2017/10

	月		火		水		木		金		土		日
	トレーニング	Pool	トレーニング	Pool	トレーニング	Pool	トレーニング	Pool	トレーニング	Pool	トレーニング	Pool	
10:00	ストレッチ 10:00~10:30 杉本		ストレッチ 10:00~10:30 美川		ストレッチ 10:00~10:30 井手		ストレッチ 10:00~10:30 井手		ストレッチ 10:00~10:30 井手		ストレッチ 10:15~10:45 荒木		<div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">定休日</div> <p>※担当者は都合により変更する場合があります。</p>
10:30		アクアエクササイズ 10:40~11:15 井手	アンチエイジング 10:40~11:10 美川	流水で泳法♪ 10:40~11:10 相良	エアロビクス 10:40~11:10 井手	水中エクササイズ 10:40~11:10 美川	ボール運動 10:40~11:10 井手	4泳法 10:40~11:25 相良	ボール運動 10:40~11:10 美川	水中ウォーキング 10:40~11:10 相良		ジュニア教室	
11:00		お顔つけ クロール・背泳ぎ 11:25~11:55 井手		流水運動 11:15~11:45 井手		お顔つけ クロール・背泳ぎ 11:15~11:45 美川		ヌードルアクア 11:30~12:00 相良		お顔つけ クロール・背泳ぎ 11:15~11:45 相良		アクアエクササイズ 11:00~11:40 荒木	
11:30													
12:00													
13:00		ボールアクア 13:15~13:55 榎木田	ストレッチ 13:20~13:50 井手	アクアエクササイズ 13:15~13:55 榎木田	ストレッチ 13:20~13:50 美川	アクアエクササイズ 13:15~13:55 荒木	ストレッチ 13:20~13:50 美川	流水運動 13:15~13:55 杉本		流水運動 13:15~14:00 相良			
13:30													
14:00	ストレッチ 14:00~14:40 井手	水中バレー 14:00~14:20 榎木田	エアロビクス 14:00~14:40 井手	水中ウォーキング 14:00~14:30 榎木田	アンチエイジング 14:00~14:40 美川	水中ウォーキング 14:00~14:30 荒木	ひざ・腰の運動 14:00~14:40 美川	はじめての4泳法 14:00~14:30 杉本					
14:30		4泳法 14:50~15:30 杉本				4泳法 14:50~15:30 相良						ジュニア教室	
15:00		ジュニア教室		ジュニア教室		ジュニア教室		ジュニア教室		ジュニア教室	ストレッチ 15:00~15:30 美川		
19:00												プライベートレッスン 19:00~19:30 園田 ※要予約	
19:30			ストレッチ 19:30~20:00 岩川		ストレッチ・ボール 19:30~20:00 岩本			ストレッチ 19:30~20:00 太田				流水運動 19:40~20:10 園田	
20:00		プライベートレッスン 20:10~20:40 岩本 ※要予約		プライベートレッスン 20:10~20:40 岩川 ※要予約		プライベートレッスン 20:10~20:40 岩本 ※要予約		プライベートレッスン 20:10~20:40 太田 ※要予約		プライベートレッスン 20:10~20:40 太田 ※要予約			
20:30													
21:00		プライベートレッスン 20:50~21:20 岩本 ※要予約		泳法(平泳ぎ) 20:50~21:20 岩川		泳法(背泳ぎ) 20:50~21:20 岩本		流水で泳法♪ 20:50~21:20 太田		お顔つけ~クロール 20:40~21:10 太田			
22:00	閉館		閉館		閉館		閉館		閉館		閉館		

※ジュニア教室・選手コースの時間帯はコースが十分に取れない場合があります。ご了承ください。

コース	月会費	
楽々クラブ	5,880円(税込)	月に何回でも好きな時間帯にご利用できます。
楽々クラブタイムリー	4,220円(税込)	1ヶ月以内に5回、好きな時間帯にご利用できます。

受付時間 月~金 9:45~21:30
土 9:45~20:30
定休日 毎週日曜日