

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00						ジュニア 8:50-9:50
9:30						
10:00						ジュニア 10:10-11:10
10:30		La 婦人 10:30		La 婦人 10:30		
11:00		- 11:40	Lb 婦人 10:55	- 11:40	Lb 婦人 10:55	
11:30	ベビー 11:00-11:40		ストレッチ 11:00			ベビー 11:20
12:00		マシーン 11:30		マシーン 11:30	フリー 11:50	マシーン 10:45
12:30		14:00		14:00	12:50	フリー 12:15
13:00			フリー 12:45	フリー 12:45		- 13:45
13:30	ヘルシー 13:00-14:00		アクアピクス 13:00		アクアピクス 13:00	
14:00			14:00		14:00	
14:30						ジュニア 14:10-15:10
15:00						
15:30	キッズ 15:15	ジュニア 15:15	キッズ 15:15	ジュニア 15:15	キッズ 15:15	ジュニア 15:15
16:00	16:00	16:15	16:00	16:15	16:00	16:15
16:30	ジュニア 16:20-17:20	ジュニア 16:20-17:20	ジュニア 16:20-17:20	ジュニア 16:20-17:20	ジュニア 16:20-17:20	ジュニア 16:20-17:20
17:00						
17:30	ジュニア 17:30-18:30	ジュニア 17:30-18:30	ジュニア 17:30-18:30	ジュニア 17:30-18:30	ジュニア 17:30-18:30	マスターズ 17:30-18:40
18:00						
18:30						
19:00			選手 18:30-		選手 18:30-	
19:30	選手 18:30-	選手 18:30-		選手 18:30-		選手 18:45-
20:00					フリー 20:00	
20:30			マスターズ 20:00	フリー 20:00	- 21:00	
21:00			- 21:10			
21:30						