

室内温水プール 月間予定表 平成30年 7月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
 ショート営業 10:00～18:00	●レベルアップⅠ→A (10:00～11:00) ◆エクササイズ in ウォーター→C (12:00～12:40) ◆ワンポイントアドバイス→基本 (13:00～13:30)	●わくわくプール教室→D (11:00～12:00) ●キッズ水遊びⅠA→E (15:30～16:30) ●ジュニア水泳ⅠA→B (16:30～17:30) ●ジュニア水泳ⅠB→B (17:30～18:30)	プール休館 (水抜き清掃のため)	プール休館 (水抜き清掃のため)	休館日	
8	9	10	11	12	13	14
 ショート営業 10:00～18:00	●レベルアップⅠ→A (10:00～11:00) ●ビデオでフォームチェック→A (12:00～13:00) ◆ワンポイントアドバイス→基本 (13:00～13:30)	●わくわくプール教室→D (11:00～12:00) ●キッズ水遊びⅠA→E (15:30～16:30) ●ジュニア水泳ⅠA→B (16:30～17:30) ●ジュニア水泳ⅠB→B (17:30～18:30)	●親子deハッピー水遊びⅠ→D (10:00～11:00) ●キンダー水遊びⅠ→D (11:00～12:00) ●ビデオでフォームチェック→A (12:00～13:00) ●腰痛に効く簡単トレーニング→A (13:00～14:00) ●アクアコアⅠ→A (19:00～20:00)	◆プリベントアクア&ウォーキング→F (11:00～12:00) ◆ワンポイント親子水遊び→基本 (12:00～12:45) ●成人水泳Ⅰ→A (14:00～15:00) ●キッズ水遊びⅠB→E (15:30～16:30) ●ジュニア水泳ⅠC→B (16:30～17:30) ●ビデオでフォームチェック→A (19:00～20:00)	休館日	
15	16	17	18	19	20	21
 ショート営業 10:00～18:00	 ショート営業 10:00～18:00	●マンツーマンレッスン→基本 (13:00～17:40)	●親子deハッピー水遊びⅠ→D (10:00～11:00) ●キンダー水遊びⅠ→D (11:00～12:00) ●マンツーマンレッスン→基本 (11:40～13:00、14:00～15:20)※ ●腰痛に効く簡単トレーニング→A (13:00～14:00) ●アクアコアⅠ→A (19:00～20:00)	◆プリベントアクア&ウォーキング→F (11:00～12:00) ●成人水泳Ⅰ→A (14:00～15:00) ●マンツーマンレッスン→基本 (12:40～14:00、18:00～19:20)※ ●キッズ水遊びⅠB→E (15:30～16:30) ●ジュニア水泳ⅠC→B (16:30～17:30)	休館日	
22	23	24	25	26	27	28
 ショート営業 10:00～18:00				◆プリベントアクア&ウォーキング→F (18:00～19:00)	休館日	
29	30	31	お知らせ			～ソフトブロックまつり～ カラフルな『ソフトブロック』をプールに浮かべます♪ ブロックの絵がついている日に開催します！ 時間:11:00～17:00 場所:幼児用プール
 ショート営業 10:00～18:00			・◆がついているものは、 <u>プール入場料のみ</u> でご参加頂けます。 ・コース規制はA～Hまであります。 (『コース規制表』にてご確認が出来ます。) ・各教室にてコース規制が異なります。 予め、ご確認の上ご来場下さいますようお願い致します。 ・※は上記の時間内1名40分のレッスンを実施			