

スポーツ教室 9月空き状況

2025/8/16 現在

○=5名以上空きあり △=4名以下の空きあり ×=空きなし

	火			水			木			金			土			日					
	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア	プール		フロア			
9:00~															インナーヨガ	○	ウォーキング&スイム		脳トレストレッチ		
														成人水泳(初中級)	○						
10:00~														水中ウォーキング		ヨガストレッチ	○	障害者水泳(月1回)	×	シェイプベリー	○
																		初めての成人水泳	○		
11:00~														親子でプール遊	○			成人水泳(初中級)	○	ZUMBA®②	○
12:00~																					
13:00~			初級ハワイアンフラ	○	水中運動(60歳以上)	○														ハワイアンフラ①	○
14:00~	成人水泳(初中級)	○			成人水泳(初中級)	○				脂肪燃焼アクア	○			水慣れトレーニング	×	ハワイアンフラ②	○				
	初めての成人水泳	○			初めての成人水泳	○								キッズスイミング	×						
15:00~	水慣れトレーニング				水慣れトレーニング	△								キッズスイミング	△						
	キッズスイミング	△			キッズスイミング	○	キッズスイミング	△		キッズスイミング	○										
16:00~	キッズスイミング	△	放課後★キッズ	○	キッズスイミング	△	キッズスイミング	△	放課後★キッズ	○	キッズスイミング	△		ジュニアスイミング①	△						
	ジュニアスイミング①	△			ジュニアスイミング①	○	ジュニアスイミング①	△		ジュニアスイミング①	△			ジュニアスイミング②	△						
					ジュニアスイミング②	○															
17:00~	ジュニアスイミング①	×	放課後★キッズ	○	ジュニアスイミング①	△	ジュニアスイミング①	△	放課後★キッズ	○	ジュニアスイミング①	○	子どもバレエ① 4歳~年長	△	ジュニアスイミング①	△					
	ジュニアスイミング②	×			ジュニアスイミング②	△	ジュニアスイミング②	×		ジュニアスイミング②	△				ジュニアスイミング②	○					
	ジュニアスイミング③	○			ジュニアスイミング③																
18:00~	苦手克服スイミング	△											子どもバレエ② 小学1年生~3年生	○							
19:00~	シェイプアップAqua	○	RHYTHMICK exercise	○	初めての成人水泳	○	成人水泳(初中級)	○	ヨガ・ピラティス	△	初めての成人水泳	○	大人のゆったりバレエ	○							
					成人水泳(初中級)	○					成人水泳(初中級)	○									
20:00~	AQUA ZUMBA®	○	整体ストレッチ	○	初めての平泳ぎ	○	ウォーキング&スイム	○	HIITビギナー	△			ZUMBA®①	○							
							マスターズ	○													

※ジュニア②のクラスはクロール(呼吸あり)12.5mを泳げる方から入会可能です。

- ・8月末までに受付窓口にてお支払いをお願いいたします。
- ・お支払いができない場合や、電話での枠の確保はいたしかねます。
- ・参加者の代理での申込みはできません。(家族を除く)