スポーツ教室 11月空き状況

2025/10/17 現在

O=5名以上空きあり $\triangle=4$ 名以下の空きあり $\times=$ 空きなし

			K	水		木				金				土				日				
	プール		フロア		プール		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)	0						
															水中ウォーキング		ヨガストレッチ (0	障害者水泳(月1回)	X	シェイプベリー	0
10:00~																			初めての成人水泳	0		
11:00~															親子でプール遊	0			成人水泳(初中級)	0	ZUMBA®2	0
12:00~																						
13:00~			初級ハワイアンフラ	0	水中運動(60歳以上)	0				Ī							ハワイアンフラ①	0				
	成人水泳(初中級)	0			成人水泳(初中級)	0				ļ	脂肪燃焼アクア	0			水慣れトレーニング	Δ	ハワイアンフラ② (0				
14:00~	初めての成人水泳	0			初めての成人水泳	0									キッズスイミング	Δ						
	水慣れトレーニング				水慣れトレーニング	0									キッズスイミング	×						
15:00~	キッズスイミング	0			キッズスイミング	Δ	キッズスイミング	Δ			キッズスイミング	0										
	キッズスイミング	Δ	放課後★キッズ	0	キッズスイミング	×	キッズスイミング	Δ	放課後★キッズ	<u> </u>	キッズスイミング	Δ			ジュニアスイミング①	Δ						
16:00~	ジュニアスイミング①	0			ジュニアスイミング①	0	ジュニアスイミング①	×		•	ジュニアスイミング①	Δ			ジュニアスイミング②	Δ						
					ジュニアスイミング②	0																
	ジュニアスイミング①	Δ	放課後★キッズ	0	ジュニアスイミング①	Δ	ジュニアスイミング①	0	放課後★キッズ)	ジュニアスイミング①	Δ	子どもバレエ① 4歳~年長	Δ	ジュニアスイミング①	Δ						
17:00~	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	Δ			ジュニアスイミング②	Δ						
	ジュニアスイミング③	0			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 年生~3年生	Δ								
	シェイプアップAqua	0	RHYTMKICK exercise	0	初めての成人水泳	0	成人水泳(初中級)	0	ョガ・ピラティス △	\ \ !	初めての成人水泳	0	大人のゆったりバレエ	0								
19:00~					成人水泳(初中級)	0				,	成人水泳(初中級)	0										
20:00~	AQUA ZUMBA®	0	整体ストレッチ	0	初めての平泳ぎ	0	ウォーキング&スイム	0	HIITビギナー △	7			ZUMBA® ①	0								
							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。

- ・4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)