

スポーツ教室 5月空き状況

2026/4/17 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~														親子でプール遊び	○			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)	○	水中ウォーキング	○				ヨガ・ピラティス②	○					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~			RHYTHMICK exercise	○	初めての成人水泳	○	成人水泳(初中級)	○	ヨガ・ピラティス①	○	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~			~体ラクメンテ~整体ストレッチ	○	初めての平泳ぎ	○	ウォーキング&スイム	○	Night HIIT	△			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。

- ・2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)