

2018年 10月アクアピア月間予定表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	わんぱく キッズ		わんぱく キッズ	わんぱく	キッズ	
	★9:45～10:30 ストレッチヨガ ★10:00～10:50 4泳法 ★11:00～11:45 かんたんエアロ ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00～20:00 かんたんヨガ	★10:00～11:00 太極舞 ★10:30～10:50 ブルdeゆっくり プログラム(無料) ★19:00～20:00 リラックスヨガ	★10:00～10:50 ファンファンスイム ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～15:00～ プライベートレッスン (各50分間) ★19:00～19:50 ガンガンSWIM! ★20:00～20:45 ナイターフィン	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★太極拳 11:00～12:00	★10:00～10:50 初級クラス ★12:00～12:50 フィンスイム ★13:00～13:50 チャレンジバタフライ ★14:00～15:00 ピラティス ★14:00～14:45 アクアピクス ★18:00～19:00～ ステップアップ水泳教室 (各50分間) ★20:00～20:50 プライベートナイター	★19:00～20:00～ プライベートナイター (各50分間) ★15:00～16:05 エンジョイピラティス
7	8	9	10	11	12	13
	わんぱく キッズ		わんぱく キッズ	わんぱく	キッズ	
★10:00～11:00 タヒチアンダンス	★9:45～10:30 ストレッチヨガ ★11:00～11:45 かんたんエアロ ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★19:00～20:00 かんたんヨガ	休館日	★10:00～10:50 ファンファンスイム ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～15:00～ プライベートレッスン (各50分間) ★19:00～19:50 ガンガンSWIM! ★20:00～20:45 ナイターフィン	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★太極拳 11:00～12:00	★10:00～10:50 初級クラス ★12:00～12:50 フィンスイム ★13:00～13:50 チャレンジバタフライ ★14:00～15:00 ピラティス ★14:00～14:45 アクアピクス ★18:00～19:00～ ステップアップ水泳教室 (各50分間) ★20:00～20:50 プライベートナイター	★15:00～16:00 エンジョイピラティス
14	15	16	17	18	19	20
	わんぱく キッズ		わんぱく キッズ	わんぱく	キッズ	
★10:00～11:00 タヒチアンダンス	★9:45～10:30 ストレッチヨガ ★10:00～10:50 4泳法 ★11:00～11:45 かんたんエアロ ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～14:45 かんたんアクア ★19:00～20:00 かんたんヨガ	★10:00～11:00 太極舞 ★10:30～10:50 ブルdeゆっくり プログラム(無料) ★19:00～20:00 リラックスヨガ	★10:00～10:50 ファンファンスイム ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～15:00～ プライベートレッスン (各50分間) ★19:00～19:50 ガンガンSWIM! ★20:00～20:45 ナイターフィン	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★太極拳 11:00～12:00	★10:00～10:50 初級クラス ★12:00～12:50 フィンスイム ★13:00～13:50 チャレンジバタフライ ★14:00～15:00 ピラティス ★14:00～14:45 アクアピクス ★18:00～19:00～ ステップアップ水泳教室 (各50分間) ★20:00～20:50 プライベートナイター	
21	22	23	24	25	26	27
	わんぱく キッズ		わんぱく キッズ	わんぱく	キッズ	
★10:00～11:00 タヒチアンダンス	★9:45～10:30 ストレッチヨガ ★10:00～10:50 4泳法 ★11:00～11:45 かんたんエアロ ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～14:45 かんたんアクア ★19:00～20:00 かんたんヨガ	休館日	★10:00～10:50 ファンファンスイム ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～15:00～ プライベートレッスン (各50分間) ★19:00～19:50 ガンガンSWIM! ★20:00～20:45 ナイターフィン	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★太極拳 11:00～12:00	★10:00～10:50 初級クラス ★12:00～12:50 フィンスイム ★13:00～13:50 チャレンジバタフライ ★14:00～15:00 ピラティス ★14:00～14:45 アクアピクス ★18:00～19:00～ ステップアップ水泳教室 (各50分間) ★20:00～20:50 プライベートナイター	★15:00～16:00 エンジョイピラティス
28	29	30	31			
★10:00～11:00 タヒチアンダンス	★9:45～10:30 ストレッチヨガ ★10:00～10:50 4泳法 ★11:00～11:45 かんたんエアロ ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～14:45 かんたんアクア ★19:00～20:00 かんたんヨガ	★10:00～11:00 太極舞 ★10:30～10:50 ブルdeゆっくり プログラム(無料) ★19:00～20:00 リラックスヨガ	★10:00～10:50 ファンファンスイム ★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料) ★14:00～15:00～ プライベートレッスン (各50分間) ★19:00～19:50 ガンガンSWIM! ★20:00～20:45 ナイターフィン			

※毎週水曜、金曜、毎月第1土曜日にプライベートレッスンが開催されます。事務所までお問い合わせ下さい。

※月、水、木の16時～18時の間、プールにて子供の水泳教室が開催されます。

※コースの貸切がございますのでご理解ご協力の程、お願い致します。

※【キッズ】はキッズダンス教室が開催される日となります。

※講師都合によりやむを得ず休講となる場合がございます。

※団体利用、大会時などでコースの貸切や営業時間の変更がある場合は、事前にお知らせ致します。

※トレーニングルーム初回講習会は随時受付しております。予約の際は屋内プール事務所までお願い致します。

※第2、4火曜日は休館日になります。その他、臨時休館をする際は事前にお知らせ致します。

※教室参加は、当日受付となります。9時より受付を開始致します。

※教室開始時間より10分を過ぎますと、安全面を考慮して入場をお断り致します。

※フロア教室は、トレーニングルーム初回講習会を受けていなくても参加できます。

※教室の前後30分間は施設をご利用頂けます。(トレーニング利用の方はカードを提出してご利用ください。)

MENU!

今月のイベント

インボディー測定会
15日(月)～21日(日)