

2018年 12月アクアピア月間予定表

日	月	火	水	木	金	土	
						1	
						★19:00～20:00～ プライベートナイター (各50分間)	
2	3	4	5	6	7	8	
	★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 フル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)	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★11:00～12:00 太極拳 ★13:00～14:00 ALOHA hura	★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	
9	10	11	12	13	14	15	
	★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	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)	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★11:00～12:00 太極拳 ★13:00～14:00 ALOHA hura	★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 ★14:00～14:45 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	
16	17	18	19	20	21	22	
	短期水泳	短期水泳	キッズ 短期水泳	短期水泳	キッズ 短期水泳		
★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 フル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)	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★11:00～12:00 太極拳 ★13:00～14:00 ALOHA hura	★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	
23	24	25	26	27	28	29	
		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)	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★11:00～12:00 太極拳	★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	短縮営業 ～17時まで	
★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)	★10:00～10:45 ズンバ ★10:30～10:50 水中運動(無料) ★11:00～12:00 太極拳	★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	短縮営業 ～17時まで	
30	31	※第一・第三水曜、毎週金曜、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。 ※12/17～21日の5日間で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。 ※12/29～31は短縮営業(9:00～17:00 最終受付 16:00)となり営業時間の変更となりますので予めご了承下さい。 ※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。)				★13:00～13:30 ゆっくりプログラム (無料)	短縮営業 ～17時まで

MENU!

・インボディー測定会
17日(月)～23日(日)
・短縮営業
29日(土)～31日(月)