

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
9:00							婦人/成人 8:30～ 9:30
10:00			※平日の17:40～の授業は縦コースとなります				高学年 8:30～ 9:40
11:00		幼児 10:50～ 11:50			幼児 10:50～ 11:50	ジュニア 10:00～11:10	ジュニア 10:00～ 11:10
12:00	婦人 11:00～12:00	ベビー 11:00～ 12:00	婦人 11:00～12:00	婦人 11:00～12:00	ベビー 11:00～ 12:00	ジュニア 11:10～12:20	ジュニア 11:10～12:20
13:00	アクアフリー 12:20～13:50	アクアフリー 12:20～13:50	アクアフリー 12:20～13:50	アクアフリー 12:20～13:50	アクアフリー 12:20～13:50	ベビー 12:45～13:45 隔週(1・3週目)	ベビー 12:45～13:45
14:00							
15:00	ウォーキング 14:10～15:00		幼児 14:10～ 15:10	ジュニア 14:10～ 15:20	ウォーキング 14:10～15:00	幼児 14:10～ 15:10	ジュニア 14:10～ 15:20
16:00	幼児 15:20～ 16:20	ジュニア 15:20～ 16:30	幼児 15:20～ 16:20	ジュニア 15:20～ 16:30	幼児 15:20～ 16:20	ジュニア 15:20～ 16:30	アクアフリー 14:00～16:30
17:00	ジュニア 16:30～17:40	ジュニア 16:30～17:40	ジュニア 16:30～17:40	ジュニア 16:30～17:40	ジュニア 16:30～17:40	ジュニア 16:30～ 17:40	高学年 16:30～ 17:40
18:00	ジュニア 17:40～18:50	ジュニア 17:40～18:50	ジュニア 17:40～18:50	ジュニア 17:40～ 18:50	高学年 17:40～ 18:50	ジュニア 17:40～18:50	
19:00		選手 18:50～20:00	選手 18:50～20:00	選手 18:50～21:00	選手 18:50～20:00	選手 17:40～20:00	
20:00	選手 18:50～21:00	成人 20:00～21:00	成人 20:00～21:00		成人 20:00～21:00		
21:00							
22:00							
23:00							