

2021年 3月 レッスンメニュー 小倉南校 TEL471-1777

	あさ				ひる	よる		
	10:30~	11:00~	11:30~	12:00~	14:15~	19:30~	20:00~	20:30~
月	バタフライ	水中エアロビクス	背泳ぎ	泳法レッスン	水中歩行	平泳ぎ	水中エアロビクス	ワンポイント
火	平泳ぎ	シェイプアップ	ミートレーニング	水中バレー	クロール	バタフライ	水中エアロビクス	トレーニング
水	クロール	水中エアロビクス	平泳ぎ	トレーニング		背泳ぎ	水中バレー	
木	水中バレー	水中エアロビクス	ミートレーニング	バタフライ	水中バレー	クロール	水中歩行	トレーニング
金	背泳ぎ	水中エアロビクス	トレーニング	クロール	平泳ぎ	水中歩行	水中エアロビクス	泳法レッスン
土	水中歩行	水中エアロビクス	ミートレーニング	水中バレー	3月度 休校日 20日・29日・30日・31日			
日	自由遊泳 13:00~16:00まで会員様のみご利用できます							