



令和8年 4月 LESSON MENU



はるおかスイミングスクール和白校

TEL (092) 605-1515

		10:30~	11:00~	11:30~	12:00~			14:20~			19:15~	19:45~	
1	水		水中エアロビクス	上級 背泳ぎ	初級 クロール&T			バレーボール				水中エアロビクス	
2	木	バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 バタフライ			水中運動			背泳ぎ	平泳ぎ	
3	金		水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 基礎レッスン&T			泳法レッスン				水中エアロビクス	
4	土	バレーボール											
6	月		水中エアロビクス	上級 クロール	初級 背泳ぎ&T			バレーボール			バタフライ		
7	火	バレーボール		初級 バタフライ	上級 平泳ぎ			水中エアロビクス			クロール		
8	水		水中エアロビクス	上級 背泳ぎ	初級 クロール&T			バレーボール				水中エアロビクス	
9	木	バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 バタフライ			水中運動			背泳ぎ	平泳ぎ	
10	金		水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 基礎レッスン&T			泳法レッスン				水中エアロビクス	
11	土	バレーボール											
13	月		水中エアロビクス	上級 クロール	初級 背泳ぎ&T			バレーボール			バタフライ		
14	火	バレーボール		初級 バタフライ	上級 平泳ぎ			水中エアロビクス			クロール		
15	水		水中エアロビクス	上級 背泳ぎ	初級 クロール&T			バレーボール				水中エアロビクス	
16	木	バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 バタフライ			水中運動			背泳ぎ	平泳ぎ	
17	金		水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 基礎レッスン&T			泳法レッスン				水中エアロビクス	
18	土	バレーボール											
20	月		水中エアロビクス	上級 クロール	初級 背泳ぎ&T			バレーボール			バタフライ		
21	火	バレーボール		初級 バタフライ	上級 平泳ぎ			水中エアロビクス			クロール		
22	水		水中エアロビクス	上級 背泳ぎ	初級 クロール&T			バレーボール				水中エアロビクス	
23	木	バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 バタフライ			水中運動			背泳ぎ	平泳ぎ	
24	金		水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 基礎レッスン&T			泳法レッスン				水中エアロビクス	
25	土	体験会の為、第一プールはご利用できません				10:30~11:30							
27	月		水中エアロビクス	上級 クロール	初級 背泳ぎ&T			バレーボール			バタフライ		
28	火	バレーボール		初級 バタフライ	上級 平泳ぎ			水中エアロビクス			クロール		

営業時間 平日 (10:00~21:00) 土曜 (10:00~18:00) 日曜 (10:00~16:00)

4/1~4/3短期教室の為、10:30まで第一プール利用できません 休校日 4/29 (水)、4/30 (木)