



年末特別アクアプログラム12/24(火)~12/28(土)



12月24日 (火)	12月25日 (水)	12月26日 (木)	12月27日 (金)	12月28日 (土)
スクールは12/24から1/3まで休講となります				
10:15~11:00 シェイプアップアクア 池本	10:15~10:55 リメイクアクア40 上四元		10:15~10:55 全身シェイプ40 原田	10:15~10:55 リフレッシュアクア 原田
11:10~11:55 はじめての水泳 上四元 3泳法 原田 マスターズ 里園	11:10~11:55 ゆったり水泳 里園	10:10~13:10 成人イベント <年納め練習会> 除夜の鐘にちなんで 108本のスイムに チャレンジ! ※2~4コース使用	11:10~11:55 4泳法 原田	11:10~11:55 お楽しみ泳法 安藤
12:05~12:55 4泳法 原田 スキルアップスクール 里園				13:15~14:00 ウォーク&スイム 原田
13:15~13:45 パワークラッシュ30 池本	13:15~14:00 姿勢改善アクア 安藤		13:20~14:00 シェイプアップアクア 安藤	13:15~14:00 ウォーク&スイム 里園
14:10~14:55 3泳法 里園 マスターズ 原田 15:20~ プライベート 里園	14:10~14:55 らくらく水泳 原田	14:10~14:55 はじめての水泳 安藤 3泳法 里園 マスターズ 原田	14:10~14:55 らくらく水泳 上四元 15:20~ プライベート 里園	
15:10~16:15 Jrイベント <Xmas水中撮影会> ※2~4コース使用 18:00~19:00 選手コース	15:10~18:00 Jrイベント <プライベート> ※2~4コース使用 18:00~19:20 選手コース	15:10~18:00 Jrイベント <プライベート> ※2~4コース使用 18:00~19:30 選手コース	15:10~18:00 Jrイベント <プライベート> ※2~4コース使用 18:00~19:30 選手コース	
	19:30~20:00 元気なアクア 安藤	19:30~20:15 機能改善アクア 上四元	19:40~20:30 やさしい泳法 坂下	