

平成30年度

西スポーツセンター 定期教室教室スケジュール

	月				火				水				木				金				土		日					
	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン	サブアリーナ	研修室	プール	メイン		
早朝	8:00																									7:40	西スポ 競泳部 <80>	早朝
	8:30																									7:30	ジュニア ショート テニス	
A	9:00						9:15					9:00														9:00	尾崎	A
	9:30						シヴァナンダ ヨーガ (90)					【第1・3】 水彩画 (100)														9:15	尾崎	
	10:00						朝の体操 <75>					10:00														9:30	生活習慣病 予防改善 <75>	
	10:30						10:45 宮路					10:00														10:00	生活習慣病 予防改善 <75>	
B	11:00						11:00																					B
	11:30						親子パレエ																					
	12:00						11:50 活田																					
	12:30						11:00																					
C	13:00						13:00																					C
	13:30						13:00																					
	14:00						13:10																					
	14:30						14:25																					
D	15:00						15:00																					D
	15:30						15:00																					
	16:00						15:50																					
	16:30						15:50																					
E	17:00						17:00																					E
	17:30						17:00																					
	18:00						17:50																					
	18:30						18:00																					
F	19:00						19:00																					F
	19:30						19:50																					
	20:00						20:00																					
	20:30						20:50																					
深夜	21:00						21:00																					深夜
	21:30						マスターズ 泳力向上 <75>																					
	22:00						22:15																					

※毎週火・水・木曜日の
11:00~13:00
金曜日の
10:00~13:00
託児がご利用頂けます。

親子・お子様向け定期
教室
大人向け定期教室