

# スパ&スポーツユア-北国分 アクアレッスンスケジュール 2022年4月～

コース	火曜日						水曜日						木曜日						金曜日						土曜日						日曜日						コース												
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6						
9:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						
10:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						10:00
11:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						11:00
12:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						12:00
13:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						13:00
14:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						14:00
15:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						15:00
16:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						16:00
17:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						17:00
18:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						18:00
19:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						19:00
20:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						20:00
21:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						21:00
22:00	25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						25Mプール						多目的プール						22:00
	22:30まで						22:30まで						22:30まで						22:30まで						22:30まで						22:30まで						22:30まで						22:30まで						
	エアロピクス系						エアロピクス系						筋力トレーニング系						筋力トレーニング系						リラクゼーション・調整系						リラクゼーション・調整系																		

※ 現在、コロナ対策として時間・定員に制限を付けています。

※ ★の付いているレッスンは予約制となります。

※ ご利用コースは変更となる場合もございます。