

スパ&スポーツ ユア-船堀 プール・アクアレックススケジュール

2023年7月3日～

	月曜日							火曜日							水曜日	木曜日							金曜日							土曜日							日曜日																					
	7	6	5	4	3	2	1	7	6	5	4	3	2	1		7	6	5	4	3	2	1	7	6	5	4	3	2	1	7	6	5	4	3	2	1	7	6	5	4	3	2	1		7	6	5	4	3	2	1							
9:00	歩行							歩行							休 館 日	歩行							歩行							歩行							歩行							9:00														
10:00	歩行							歩行								歩行							歩行							歩行							歩行							10:00														
10:30	歩行							歩行								歩行							歩行							歩行							歩行							10:30														
11:00	親子							10:30～11:00 アクアヌードル 森田								歩行							10:20～10:50 アクアビクス 高木							歩行							10:00～10:30 アクアビクス 黒澤							歩行							11:00							
12:00	歩行							11:10～11:40 アクアビクス 森田								歩行							11:15～11:45 アクアビクス 神							歩行							親子							歩行							12:00							
13:00	12:40～13:10 アクアビクス 田沼							歩行								歩行							歩行							12:30～13:00 アクアビクス 田沼							歩行							13:00							13:00							
14:00	13:20～13:50 アクアZUMBA® 田沼							歩行								歩行							13:20～13:50 アクアヌードル 森田							歩行							13:10～13:40 アクアZUMBA® 田沼							歩行							14:00							
15:00	歩行							14:00～14:30 アクアビクス 久慈								歩行							14:00～14:30 アクアミット 森田							歩行							14:00							歩行							15:00							
16:00	16:20							歩行								15:00							歩行							16:20							歩行							16:00							16:00							
17:00	キッズスクール							キッズスクール								16:20							キッズスクール							キッズスクール							キッズスクール							キッズスクール							17:00							
18:00	18:30							歩行								18:30							歩行							18:30							歩行							18:30							歩行							18:00
19:00	歩行							19:30								歩行							19:30							歩行							19:30							歩行							19:00							19:00
20:00	歩行							20:35～21:05 アクアビクス 細谷								歩行							歩行							19:45～20:00 プチウォーキング 岸本							歩行							20:05～20:35 アクアビクス 岸本							歩行							20:00
21:00	歩行							歩行								歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							21:00
22:00	歩行							歩行								歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							22:00
23:00	歩行							歩行								歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							歩行							23:00

◎各アクアレックス開始5分前よりコースセッティングを開始させていただきます。
◎各コースのコース案内をご確認いただきながらご利用ください。

◎ご利用コースは利用人数により変更となる場合がございます。

…アクアレックス …スクール

【アクアレックス予約方法】
レッスン開始30分前よりプールサイドにて予約ゴムを配布