

		7/15 (月・祝)									
		8	7	6	5	4	3	2	1		
9:00		歩行	歩行	↓	↓	↑	↓	↻	↻	9:00	
10	10										
20	20										
30	30										
40	40										
45							●9:45~10:15 ウォーキング&ジョギング 高木			45	
50							スクール専用時間帯			50	
10:00										10:00	
10										10	
20										20	
30										30	
40									40		
50									50		
11:00		歩行	歩行	↓	↑	↻	↻	↻	↻	11:00	
10	10										
20	20										
30	30										
40	40										
45							★12:45~13:15 アクアビクス 塙			45	
50							13:25~13:55 ウォーキング&ジョギング 塙			50	
12:00							スクール専用時間帯			12:00	
10										10	
20										20	
30										30	
40										40	
50									50		
13:00		歩行	歩行	↓	↑	↻	↻	↻	↻	13:00	
10	10										
20	20										
30	30										
40	40										
50							スクール専用時間帯			50	
14:00							スクール専用時間帯			14:00	
10										10	
20										20	
30										30	
40										40	
50									50		
15:00		歩行	歩行	↓	↑	↻	↻	↻	↻	15:00	
10	10										
20	20										
30	30										
40	40										
50							スクール専用時間帯			50	
16:00							スクール専用時間帯			16:00	
10										10	
20										20	
30										30	
40										40	
50									50		
17:00		歩行	歩行	↓	↑	↻	↻	↻	↻	17:00	
10	10										
20	20										
30	30										
40	40										
50							スクール専用時間帯			50	
18:00							スクール専用時間帯			18:00	
10										10	
20										20	
30										30	
40										40	
50									50		

利用終了時間 19:00

【アクアレッスン予約方法】

レッスン開始時間の記号をご確認下さい。
 ●・・・当日9:00よりプールサイドにて予約
 ★・・・レッスン開始30分前よりプールサイドにて予約

※各アクアレッスン開始5分前よりコースセッティングを開始させて頂きます。
 ※ご利用コースは変更となる場合がございます。コース案内をご確認ください。

■・・・アクア □・・・スクール