

2025 9月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	01	02 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) クロール教室	03 ●11:00～(50分) 初心者・初級 ●13:00～(50分) ウォーキング&アクア	04 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 背泳ぎ教室	05 ●11:00～(50分) ゆっくりウォーキング ●13:00～(50分) バタフライ教室	06	
07	08	09 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 上級	10 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) 平泳ぎ教室	11 ●11:00～(50分) 初心者・初級 ●13:00～(50分) ゆっくりウォーキング	12 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) 背泳ぎ教室	13	
14	15	16 休館日	17 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) 初中級	18 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) 初心者・初級	19 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 平泳ぎ教室	20	
21	22	23	24 ●11:00～(50分) 上級 ●13:00～(50分) 初中級	25 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) ゆっくりウォーキング	26 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) クロール教室	27	
28	29	30 ●11:00～(50分) バタフライ教室 ●13:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング	※内容が変更になる場合がございます。				