

2026 3月



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
01	02	03 ●11:00～(50分) ゆっくりウォーキング ●13:00～(50分) クロール教室	04 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 初心者・初級	05 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) 初中級	06 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) バタフライ教室	07
08	09	10 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 上級	11 ●11:00～(50分) ゆっくりウォーキング ●13:00～(50分) 初中級	12 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) 初心者・初級	13 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) 平泳ぎ教室	14
15	16 休館日	17 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) 初心者・初級	18 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) バタフライ教室	19 ●11:00～(50分) ゆっくりウォーキング ●13:00～(50分) 初中級	20	21
22	23	24 ●11:00～(50分) アクアエクササイズ ●13:00～(50分) 背泳ぎ教室	25 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) 上級	26 ●11:00～(50分) ウォーキング&アクア ●13:00～(50分) 平泳ぎ教室	27 ●11:00～(50分) ゆっくりウォーキング ●13:00～(50分) 背泳ぎ教室	28
29	30	31 ●11:00～(50分) 脂肪燃焼ウォーキング ●13:00～(50分) クロール教室				