

# プールレッスン案内

2018年2月～2018年3月

ウィンディ

http://www.windy.cc tel.076-468-3333 fax.076-467-4333

	月		火		水		木		金		土	日
	20m	流水	20m	流水	20m	流水	20m	流水	20m	流水		
10:00												
30												
11:00		☺ かんたん 水中運動 手塚		健康教室 (登録制)	☺ はじめて スイミング			健康教室 (登録制)	健康教室 (登録制)	☺ エンジョイ ウォーク		
30												
12:00												
30												
13:00												
30												
14:00	水泳 何でも相談		☺ はじめて プール					週替わり スイミング	☺ エンジョイアクア エクササイズ	☺ エンジョイアクア エクササイズ		
30	伏黒											
15:00												
30												
16:00	ジュニア水泳 教室 (登録制)											
30												
17:00												
30												
18:00												
30												
19:00												
30												
20:00												
30												
21:00												

幼児用プール  
中心に利用します  
(3/6のみ)

全面  
利用します  
(3/22まで)

2コース  
利用します  
(3/23まで)

週替わりスイミング		
2	1	バタフライ
	8	クロール
	15	背泳ぎ
3	22	平泳ぎ
	1	バタフライ
	8	クロール
15	背泳ぎ	
22	平泳ぎ	

3/26(月)～4/4(水)は  
プールレッスンお休み

2コース  
利用します  
(3/26まで)

☺ のレッスンは初心者の方でも安心の内容です  
はどなたでもご参加いただけるレッスンです (予約はいりません)

休館日のご案内	
2月	13日(火)、27日(火)
3月	13日(火)、27日(火)

21:00 閉館 ( トレーニングジム・プールゾーン 20:30 終了 )

※レッスン開始10分をすぎたのレッスン参加はご遠慮ください。また、レッスン途中での退出も危険な為ご遠慮ください。  
※祝祭日のプールレッスンはございません。予めご了承ください。

※都合によりレッスン内容及び担当者は変更する場合があります。  
※レッスン前に血圧等を測定し、体調をチェックしてからご参加ください。  
※団体利用、その他レッスン以外の利用は、らせん階段前ボードでご確認ください。