

令和 7 年 4 月 より

成人種目表

月							火							水							木							金							土							日																									
6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1		6	5	4	3	2	1																											
11:00																																																	11:00																		
:15	11:15												11:10												11:15						11:00						アクア 本間												:15																		
11:30	フリー						ウォーキング 安孫子						フ リー						フリー						健康コース 菊地						フ リー						フリー						ウォーキング 亮介						フリー						アクア 本間						11:30						
:45																																																																			:45
12:00	12:00												12:00												12:00												12:00																														12:00
:15																																																																			:15
12:30																																																																			12:30
:40	12:40												12:45												12:40																																				:45						
13:00							リフレッシュ 那須						フリー						アクア 菊地																																										13:00						
:15																																																																			:15
13:30	中	中	中	上	上	フリー	初	中	上	上	フリー	初	中	中	上	上	フリー	初	中	中	上	上	フリー	中	中	中	上	上	フリー													13:30																									
:45	級	級	級	級	級		級	級	級	級		級	級	級	級	級		級	級	級	級	級		級	級	級	級	級																				:45																			
14:00	瀬野						初級 本間		安孫子			初級 瀬野	本間					初級 菊地	那須					中級	中級	中級	上級	上級																				14:00																			
:15																																									:15																										
14:30																																																	フ リー												14:30						
15:00																																																													15:00						
15:30																																																													15:30						
18:10																																																													17:00						
18:30																																																													17:30						
:45							フリー						初級 那須												フリー						初級 安孫子						フリー						初級 安孫子												:45												
19:00																																																													19:00						
:15																																																													:15						
19:30	フリー																																																												19:30						
:45																																																													:45						
:20:00																																																													20:00						
:15																																																													:15						
20:30																																																													20:30						
:45																																																													:45						
21:00	閉 館						閉 館						閉 館						閉 館						閉 館						閉 館						閉 館						閉 館						21:00																		