

2018年 6月 レッスンメニュー 小倉南校 TEL471-1777

	あさ				ひる	よる		
	10:30~	11:00~	11:30~	12:00~	14:15~	19:30~	20:00~	20:30~
月	バタフライ	水中エアロビクス	平泳ぎ	マスフェス	クロール	水中歩行	水中エアロビクス	基礎レッスン
火	クロール	シェイプアップ	ミトレーニング	レクリエーション	背泳ぎ	スタート	水中エアロビクス	トレーニング
水	平泳ぎ	水中エアロビクス	バタフライ	トレーニング		クロール	レクリエーション	
木	水中バレー	水中エアロビクス	ミトレーニング	背泳ぎ	レクリエーション	バタフライ	水中エアロビクス	トレーニング
金	水中歩行	水中エアロビクス	トレーニング	クロール	水中歩行	平泳ぎ	シェイプアップ	ワンポイント
土	背泳ぎ	水中エアロビクス	ミトレーニング	レクリエーション		マスフェス		
日	自由遊泳 12:00~16:00(会員様ご家族無料) 一般の方(1,080円)							