

令和7年 12月 LESSON MENU



はるおかスイミングスクール和白校

TEL (092) 605-1515

			10:30~	11:00~	11:30~	12:00~		14:20~		19:15~	19:45~
1	月			水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 クロール&T		○ バレーボール		背泳ぎ	バタフライ
2	火		◇ バレーボール		初級 背泳ぎ	上級 バタフライ		水中運動		クロール	
3	水			水中エアロビクス	上級 クロール	初級 バタフライ&T		○ バレーボール			水中エアロビクス
4	木		() バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 背泳ぎ		水中エアロビクス		平泳ぎ	
5	金			水中エアロビクス	上級 バタフライ	初級 基礎レッスン&T		泳法レッスン			水中エアロビクス
6	土		無料体験会	無料体験会の為、第一プールは使えません。			n				
8	月			水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 クロール&T		() バレーボール		背泳ぎ	バタフライ
9	火		<u>○</u> バレーボール		初級 背泳ぎ	上級 バタフライ		水中運動		クロール	
10	水			水中エアロビクス	上級 クロール	初級 バタフライ&T		() バレーボール			水中エアロビクス
11	木	Æ	◇ バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 背泳ぎ	""	水中エアロビクス		平泳ぎ	
12	金	ī		水中エアロビクス	上級 バタフライ	初級 基礎レッスン&T		泳法レッスン	+		水中エアロビクス
13	土	Ė	◇ バレーボール				デ		1		
15	月	>		水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 クロール&T	1	◇ バレーボール	7	背泳ぎ	バタフライ
16	火	グ	◇ バレーボール		初級 背泳ぎ	上級 バタフライ		水中運動		クロール	
17	水	S		水中エアロビクス	上級 クロール	初級 バタフライ&T	NA N	○ バレーボール			水中エアロビクス
18	木		◇ バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 背泳ぎ		水中エアロビクス		平泳ぎ	
19	金			水中エアロビクス	上級 バタフライ	初級 基礎レッスン&T	m	泳法レッスン			水中エアロビクス
20	土		◇ バレーボール				m				
22	月			水中エアロビクス	上級 平泳ぎ	初級 クロール&T		◇ バレーボール		背泳ぎ	バタフライ
23	火		<u>○ バレーボール</u>		初級 背泳ぎ	上級 バタフライ		水中運動		クロール	
24	水			水中エアロビクス	上級 クロール	初級 バタフライ&T		○ バレーボール			水中エアロビクス
25	木		○ バレーボール		初級 平泳ぎ	上級 背泳ぎ		水中エアロビクス		平泳ぎ	
26	金			11時から泳ぎ	納めの為、通常レッス	スンは行いません。		泳ぎ納め		泳	ぎ納め
27	土		◇ バレーボール								

土曜(10:00~18:00) 日曜(10:00~16:00) 平日(10:00~21:00) 営業時間