

# 令和4年度 第3期 全教室スケジュール

## 【教室申込開始日】

こども教室(スイム、キッズダンス、こども体育):8月30日(火)~  
 おとな教室(スイム、スタジオ):9月5日(月)~

種目名	曜日	1	2	3	4	5	*6	7	8	9	10	11	*12
		幼児スイム教室 小学生スイム教室	火曜日	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6
【火~金】 幼(15:30~) 小①(16:30~) 小②(17:30~)	水曜日	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/23	11/30	12/7	12/14	12/21
	木曜日	10/6	10/13	10/20	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22
【土】 幼(14:30~) 小①(15:30~) 小②(16:30~)	金曜日	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23
	土曜日	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	12/3	12/10	12/17	12/24
はじめてスイム (10:15~10:45)	月曜日	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19
おとな水泳教室 (11:00~12:00)		10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19
アクアウォーキング (13:20~13:50)	火曜日	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20
おとな水泳教室 (14:00~15:00)		10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20
アクアウォーキング (10:20~10:50)	金曜日	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23
おとな水泳教室 (11:00~12:00)		10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23

※ 幼児・小学生スイム教室は6、12回目に「進級テスト」をおこないます。

種目名	曜日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
こども体育教室 【小学生】(16:30~) 【場所】(アリーナ)	水曜日	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	/	
キッズダンス教室 【幼児】 (16:30~) 【小学生】 (17:30~)	木曜日	10/6	10/13	10/20	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8		
ヨガセラピー教室 (9:30~10:30)	月曜日	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	12/19
バレトン教室 (10:45~11:45)		10/3	/	10/17	10/24	10/31	11/7	11/14	11/21	11/28	12/5	12/12	/
コーディネーション トレーニング教室 (10:00~11:00) 体幹	火曜日	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/8	11/15	11/22	11/29	12/6	12/13	12/20
トレーニング教室 (9:30~10:30)	水曜日	10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14	/	
エアロビクス教室 (10:45~11:45)		10/5	10/12	10/19	10/26	11/2	11/9	11/16	11/30	12/7	12/14		
ダンスエアロ (19:00~20:00)	木曜日	10/6	10/13	10/20	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22
ゆがみリセット ①(9:30~10:30) ②(10:45~11:45)		10/6	10/13	10/20	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24	12/1	12/8	12/15	12/22
軽運動教室 (9:50~10:35)	金曜日	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	/		11/25	12/2	12/9	12/16
ヨガ教室 (10:45~11:45)		10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11			11/25	12/2	12/9	12/16
太極拳 (10:45~11:45)		10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25	12/2	12/9	12/16	12/23

※ヨガセラピーへの振替はできません。 ※ □ は祝日ですが、教室を実施します。

※やむをえず日程が変更となる場合がございます。予めご了承ください。