

2022年度 10月-12月 近江八幡市立健康ふれあい公園 フール教室 スケジュール

	火			水			木			金			土			日	
	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース	3コース	1コース	2コース
9:00																	
9:30																	
10:00																	
10:30																	
11:00																	
11:30																	
12:00																	
12:30																	
13:00																	
13:30																	
14:00																	
14:30																	
15:00																	
15:30																	
16:00																	
16:30																	
17:00																	
17:30																	
18:00																	
18:30																	
19:00																	
19:30																	
20:00																	
22:00																	

水中ウォーキング30
10:15~10:45
楠居
要領料
無料

機能改善&ダイエット
10:00~10:45
保智

水中ウォーキング30
9:30~10:00
村上(雄)
要領料
無料

機能改善スイム
10:00~10:45
保智

ウォーキング&スイム
10:30~11:00
村上(雄)
要領料
無料

はじめて水泳
11:00~11:45
楠居

誰でも泳げる簡単
4泳法
11:00~12:00
保智

はじめて水泳
11:15~12:00
村上(雄)

誰でも泳げる簡単
4泳法
11:00~12:00
保智

学童スイミング
11:10~12:10

クロール&平泳ぎ
12:00~13:00
村上(靖)

ウォーキング&ストレッチ
12:15~13:00
村上(雄)
要領料
無料

背泳ぎ初級
12:15~13:15
楠居

ウォーキング&ストレッチ
12:15~13:00
楠居
要領料
無料

クロール&背泳ぎ
12:30~13:30
村上(雄)

ウォーキング&ストレッチ
13:15~14:00
村上(靖)
要領料
無料

クロール&平泳ぎ
13:15~14:15
村上(靖)

水中ウォーキング45
13:30~14:15
楠居
要領料
無料

ワンポイントレッスン
13:15~14:00
村上(靖)
要領料
無料

幼児スイミング
15:30~16:30

幼児スイミング
15:30~16:30

幼児スイミング
15:30~16:30

幼児スイミング
15:30~16:30

幼児スイミング
15:30~16:30

学童スイミング
16:40~17:40
最大3コース利用

学童スイミング
16:40~17:40
最大3コース利用

学童スイミング
16:40~17:40
最大3コース利用

学童スイミング
16:40~17:40
最大3コース利用

学童スイミング
16:40~17:40
最大3コース利用

学童スイミング
17:50~18:50
最大3コース利用

学童スイミング
17:50~18:50
最大3コース利用

学童スイミング
17:50~18:50
最大3コース利用

学童スイミング
17:50~18:50
最大3コース利用

学童スイミング
17:50~18:50
最大3コース利用

スイム1500
19:30~20:30
村上(靖)
要領料
無料

ウォーキング&トレーニング
19:30~20:00
楠居
要領料
無料

4泳法
19:30~20:30
村上(靖)