

2023年度 1月-3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

ウォーキング&スイム
10:30~11:00
村上(雄)
要領料 無料

機能改善スイム
10:00~10:45
保智

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)