

2025年12月27日(土)~29日(月)

タイムスケジュール

12月27日(土)				12月28日(日)				12月29日(月)			
	スタジオ	多目的ホール	プール		スタジオ	多目的ホール	プール		スタジオ	多目的ホール	プール
			レッスンフリー				レッスンフリー				レッスンフリー
9:30											
		9:30~10:20 体育スクール 短期教室				9:30~10:20 体育スクール 短期教室					
10:00											
			10:00~11:00 水泳スクール 短期教室		10:00~10:30 YOGA EARTH 稲葉<定員制>		10:00~11:00 水泳スクール 短期教室				
	10:30~11:00 YOGA 池松<定員制>	10:30~11:30 体育スクール 短期教室					10:00~11:30 利用不可		10:30~11:30 パワー60 稲葉<定員制>	10:30~11:30 体育スクール 短期教室	10:30~11:30 スイムレッスン 平泳ぎ=相庭 バタフライ=成田 上級=藤森
11:00					10:45~11:30 フアイトウ 稲葉						
	11:15~12:00 エアロ&全身トレ 池松		11:20~12:00 ベビー スイミング								
12:00					11:45~12:30 メガダンス 稲葉		11:30~13:00 煩惱スイム 25m×108本 キック・ブル・スイム なんでもOK!!	11:30~13:30 フリー ウォーク & スイム	12:00~13:00 年忘れ ZUMBA60 小山	12:00~13:30 函館市受託事業	11:35~12:15 スイムレッスン 初心=相庭 初級=成田
	12:15~13:00 オキシジェノ 熊野<定員制>		12:00~13:30 フリー ウォーク & スイム		12:45~13:30 オキシジェノ 稲葉<定員制>						12:20~12:50 アクア年末SP 伊藤
13:00											
14:00	14:00~15:00 プログラミング 短期教室	14:00~15:00 体育スクール 短期教室	14:00~15:00 水泳スクール 短期教室		14:00~15:00 プログラミング 短期教室	14:00~15:00 体育スクール 短期教室	14:00~15:00 水泳スクール 短期教室	13:30~16:00 利用不可	14:00~15:00 プログラミング 短期教室	14:00~15:00 体育スクール 短期教室	14:00~15:00 水泳スクール 短期教室
15:00											
		15:10~16:10 体育スクール 短期教室	15:10~16:10 水泳スクール 短期教室		15:00~16:30 函館市受託事業	15:10~16:10 体育スクール 短期教室	15:10~16:10 水泳スクール 短期教室			15:10~16:10 体育スクール 短期教室	15:10~16:10 水泳スクール 短期教室
16:00	15:30~17:30 フリー 卓球										
			16:30~17:10 水泳スクール (スキルアップ)								
17:00											
		17:30~18:30 ジュニア (アドバンス)									
18:00											
19:00											
20:00											
21:00											



スタジオ・多目的ホールプログラム 注意事項

●スタジオへの入室は各プログラム15分前からとなります。

●定員制プログラムは開始30分前に予約(代筆不可)が必要となります。

●レッスンへの途中参加は身体に過度の負担をかける為、お止めください。

●体調不良など急を要す時以外の途中退出はご遠慮ください。

●スタジオ入室待ち中の荷物を置いての場所取りはできません。※荷物のみ置いてある場合はスタッフが一時的にお預かりする場合があります。

プールプログラム・フリー利用 注意事項

●レッスンへの途中参加は身体に過度の負担をかける為、お止めください。

●コース案内版に従ってご利用ください。

●プログラム開始15分後の参加はご遠慮ください。15分を過ぎても参加者がいない場合はプログラムを休講とさせていただきます。

●レッスン中、体調不良など急を要す時以外の途中退出はご遠慮ください。

●道具は他の会員のご迷惑にならないようご使用ください。