




タイムスケジュール

2023年4月～

	月		火		水		木		金		土		
	プール	ホール	プール	ホール	プール	ホール	プール	ホール	プール	ホール	プール	ホール	
9:30	(9:15) アクアピクス								(9:15) 産後ヨガ		(9:00) 水慣れ スイム		
10:00													
10:30						(10:00) ヨガ					(10:10) リトル スイム		
11:00			(10:40) ベビー スイム						(10:40) ベビー スイム				
11:30									11:00～16:30 1回60分以内 フリー タイム		(11:20) ベビー スイム		
12:00													
12:30	第1 ばぶばぶ 第2 すくすく 第3 よちよち 第4 にこにこ												
13:00													
13:30													
14:00		(14:00) ばぶ・すく よち・にこ											
14:30			(14:00) ベビー スイム										
15:00													
15:30													
16:00	(15:30) 産後ヨガ		(15:50) リトル スイム					(15:30) 水慣れ スイム					
16:30													
17:00													
17:30													
18:00													

-  ベビー (パパもOK)
-  リトル
-  親子向け (チケット制)
-  マタニティ 一般向け (女性限定) (チケット制)

誕生日会
母親学級など

院内行事

(14:00)
アクアピクス

院内行事

両親学級
おっばい学級など

スイムやウォーキングなど自由にご利用ください。
お電話でご利用時間を予約して下さい。(1回1時間)
インストラクターはいませんがスタッフが見守ります。