

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								誕生日会 母親学級など			院内行事		
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								(16:50) リトル スイム						
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)

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。

両親学級
おっばい学級など