



5月の教室案内

※ 以下の日程は、一般利用の方は自由コースのみとなります。

水・木曜日の17:40~19:20 の教室実施中は混雑が予想されます。

金・土曜日の17:00~19:50

時間をずらしてのご利用をお勧めします。

	月	火	水	木	金	土	日		
10:00	休館日	モーニングスイム(初) 10:30~11:00		さわやか体操 10:20~11:00			日・祝は教室はございません		
11:00									
12:00									
13:00									
14:00						Enjoyエクササイズ 14:00~15:00			
15:00		アフタヌーンスイム 15:00~15:30	えんじょいアクア 15:15~15:50						
16:00									
17:00						4/12~6/21		4/13~6/22	
18:00			4/10~6/12 小学生水泳 18:00~19:00	4/11~6/13 子供水泳 18:00~19:00	幼児水泳 17:20~18:10 小学生水泳 18:30~19:30	幼児水泳 17:20~18:10 小学生水泳 18:30~19:30			最終受付4時
19:00		ナイトスイム 19:15~19:45							
20:00	最終受付 8 時								

3・17日はお休み。

<アクア教室> ※ この教室は利用料金のみで参加できますので、ぜひお越し下さい♪

教室名	時間	定員	内 容
さわやか体操	40分	20名	ウォーキングを中心に楽しくゲームを行います。
えんじょいアクア	35分	20名	音楽に合わせて水中アクアピクスを行います。

<水泳教室> ☆ 受付にて教室参加の旨をお伝えください。 ※ この教室は利用料金のみで参加できます

教室名	時間	定員	内 容
モーニングスイム	30分	15名	水慣れ・クロールの基礎を指導いたします。
アフタヌーンスイム	30分	20名	クロール25m以上泳げる方から4泳法の指導をいたします。
ナイトスイム	30分	20名	水慣れの基本から25m以上を楽に泳ぐコツ、泳法アップの指導をいたします。

<有料フロアー教室> ☆ 運動できる服装・タオル・水分等をご持参ください。

教室名	時間	定員	内 容
Enjoyエクササイズ	60分	20名	健康保持目的のプールでは出来ない楽しい教室を行います。

※ フロアー教室は1回¥650(税込)で参加できます。お得な回数券あります!

※ この教室は(株)イーストリバーが実施する教室となります。

イワケン健康づくりセンタープール
TEL 0983-23-2335