	日	月	火	水	木	金	土
10:00	10:20〜11:30 スクールにて使用 フリースイム・フリーウォーク 10:20〜11:30 使用不可	10:30〜11:00 瀧藤 ボディシェイプ	休館日	10:30〜11:00 瀧藤 ボディシェイプ	10:30〜11:00 内野 アクアビクス	10:30〜11:00 江原 ＨＯＴアクア	10:30〜11:00 江原 アクアビクス
11:00		11:10〜11:55 瀧藤 コーチにおまかせ(上) (45分)		11:10〜11:40 瀧藤 アクアヌールドル	11:10〜11:40 内野 水中ウォーキング	11:10〜11:40 江原 コーチにおまかせ(初)	11:10〜12:10 古城 水泳指導(マスターズ) (60分)
12:00							
13:00	13:30〜14:00 香西 水中ウォーキング	13:30〜14:00 兼重 水中エクササイズ		13:30〜14:00 江原 初めてクロール＆背泳ぎ	13:30〜14:00 瀧藤 ボディシェイプ	13:30〜14:15 瀧藤 コーチにおまかせ(中・上) (45分)	13:20〜16:30 スクールにて使用 フリースイム 13:20〜16:30 使用不可
14:00	14:10〜14:40 香西 水中エクササイズ	14:10〜14:40 兼重 コーチにおまかせ(初)		14:10〜14:40 江原 アクアビクス	14:10〜14:55 瀧藤 コーチにおまかせ(中) (45分)	14:25〜14:55 瀧藤 下半身集中	
15:00		14:50〜15:20 兼重 腰痛ケア・アクア		14:50〜15:35 瀧藤 コーチにおまかせ(中) (45分)	15:05〜15:35 兼重 水中ウォーキング	15:05〜15:35 古城 コーチにおまかせ(初)	
16:00		15:50〜18:00 スクールにて使用 フリースイム・フリーウォーク 16:50〜18:00 使用不可		15:50〜18:00 スクールにて使用 フリースイム・フリーウォーク 15:50〜18:00 使用不可	15:50〜18:00 スクールにて使用 フリースイム・フリーウォーク 16:50〜18:00 使用不可	15:50〜18:00 スクールにて使用 フリースイム・フリーウォーク 16:50〜18:00 使用不可	
17:00							
18:00							
19:00	１９：００閉館	19:30〜20:00 内野 アクアビクス		19:30〜20:00 内野 コーチにおまかせ(初)	19:15〜20:00 江原 コーチにおまかせ(中) (45分)	19:30〜20:00 内野 コーチにおまかせ(初)	19:30〜20:00 本松 アクアビクス
20:00		20:10〜20:40 内野 下半身集中		20:10〜20:40 本松 下半身集中	20:10〜20:40 江原 ＨＯＴアクア	20:10〜20:40 内野 下半身集中	20:10〜20:40 本松 下半身集中
21:00				21:10〜21:40 本松 アクアビクス	21:10〜21:40 江原 ハッスル!アクア	21:10〜21:40 内野 アクアビクス	
22:00							２２：００閉館
23:00							

フリースイム　フリーウォーク