

12月 プールレッスン日程表

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			水中らくらく運動教室	(前期分) 腰痛 膝痛機能改善①,②	
				幼児スイミング	
			キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
				大人の水泳教室	
5	6	7	8	9	10
休館日		大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
		アクア&ウォーキング(前期分)		大人の水泳教室	
12	13	14	15	16	17
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス(前期分)	大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人の水泳教室	
19	20	21	22	23	24
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス(前期分)	大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人の水泳教室	
26	27	28	29	30	31
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス(前期分)	大人の水泳教室	休館日	休館日	休館日
	幼児スイミング	幼児スイミング			
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング			
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング			

1月 プールレッスン日程表

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
				幼児スイミング	
				キッズスイミング	キッズスイミング
				大人の水泳教室	
9	10	11	12	13	14
	アクアピクス	大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人の水泳教室	
16	17	18	19	20	21
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス	大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人の水泳教室	
23	24	25	26	27	28
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス	大人の水泳教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人の水泳教室	
30	31				
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス				
	幼児スイミング				
キッズスイミング	キッズスイミング				
ジュニアスイミング					

受講生の皆様へ

- ・欠席する際はエコスパ佐世保まで電話連絡をお願いいたします。
- ・遅刻はできるだけ10分以内でお願いします。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードに設定して下さい。

エコスパ佐世保 Tel : 0956-20-1012 Fax : 0956-32-1063

急遽 インストラクターの都合により日程が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

作成日： 令和4年12月25日

2月 プールレッスン日程表

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
		幼児スイミング		幼児スイミング	
		キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
6	7	8	9	10	11
休館日		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	アクアピクス				
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
	アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室		
13	14	15	16	17	18
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	アクアピクス				
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
20	21	22	23	24	25
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
27	28				
ウォーク&ストレッチ					
	アクアピクス				
キッズスイミング	幼児スイミング				
ジュニアスイミング	キッズスイミング				

3月 プールレッスン日程表

月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
		幼児スイミング		幼児スイミング	
		キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
6	7	8	9	10	11
休館日		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善①,②	
	アクアピクス				
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
	アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室		
13	14	15	16	17	18
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング教室		腰痛 膝痛機能改善①,②	
	アクアピクス				
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
20	21	22	23	24	25
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室		
	幼児スイミング	幼児スイミング		幼児スイミング	
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
ジュニアスイミング		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
27	28	29	30	31	
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室		
	幼児スイミング	幼児スイミング			
キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング		
ジュニアスイミング					

受講生の皆様へ

- ・欠席する際はエコスパ佐世保まで電話連絡をお願いいたします。
- ・遅刻はできるだけ10分以内でお願いします。
- ・レッスン中は携帯電話の電源を切るか、マナーモードに設定して下さい。

エコスパ佐世保 Tel : 0956-20-1012 Fax : 0956-32-1063

急遽 インストラクターの都合により日程が変更になる場合があります。
あらかじめご了承ください。

作成日： 令和4年12月25日