

# 10月 プールレッスン日程表

更新日: 2024年10月25日

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
	アクアピクス	大人のスイミング	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
7	8	9	10	11	12
	アクアピクス	大人のスイミング	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
	キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
14	15	16	17	18	19
休館日	休館日	休館日	休館日		キッズスイミング 土①・②・③
				幼児スイミング キッズスイミング	
				大人のスイミング	
21	22	23	24	25	26
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
28	29	30	31		
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス	大人のスイミング	水中らくらく運動教室		
キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング		
		アクアウォーキング			

■受講生の皆様へ

- ・急遽、インストラクターの都合等により、予告なく「日程が変更」または「臨時休講」になる場合がございます。
- ・入館時は必ず教室参加証を受付にて提出して下さい。
- ・欠席、または遅刻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。
- ・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。
- ・香水など強い香りがする香料はご遠慮ください。

# 11月 プールレッスン日程表

更新日: 2024年10月25日

月	火	水	木	金	土
【日程変更】8月に台風で休講となりました水中らくらく運動教室は11/7に振替となりました					
				1	2
				腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
				幼児スイミング キッズスイミング	
				大人のスイミング	
4	5	6	7	8	9
	休館日	大人のスイミング	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
キッズスイミング ジュニアスイミング		幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
11		12	13	14	15
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス	大人のスイミング	水中らくらく運動教室		キッズスイミング 土①・②・③
キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
18	19	20	21	22	23
ウォーク&ストレッチ	アクアピクス	大人のスイミング	水中らくらく運動教室	腰痛 膝痛機能改善 ①・②	キッズスイミング 土①・②・③
キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング	幼児スイミング 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	
25	26	27	28	29	30
ウォーク&ストレッチ		大人のスイミング	水中らくらく運動教室		
キッズスイミング ジュニアスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	幼児スイミング キッズスイミング	キッズスイミング		
		アクアウォーキング			

■受講生の皆様へ

- ・急遽、インストラクターの都合等により、予告なく「日程が変更」または「臨時休講」になる場合がございます。
- ・入館時は必ず教室参加証を受付にて提出して下さい。
- ・欠席、または遅刻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。
- ・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。
- ・香水など強い香りがする香料はご遠慮ください。