

11月 プールレッスン日程表

更新日：2025年10月31日

月	火	水	木	金	土
					1
					キッズスイミング 土①・②・③
3	4	5	6	7	8
ウォーク&ストレッチ	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	キッズスイミング 土①・②・③
		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		アクア&ウォーキング		大人のスイミング教室	
10	11	12	13	14	15
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	キッズスイミング 土①・②・③
	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	
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	
17	18	19	20	21	22
ウォーク&ストレッチ	アクアビクス	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	キッズスイミング 土①・②・③
	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	
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	
24	25	26	27	28	29
ウォーク&ストレッチ	アクアビクス	大人のスイミング教室		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	
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	

■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「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。

エコスパ佐世保 TEL0956-20-1012 佐世保市大塔町1036-1

12月 プールレッスン日程表

更新日：2025年10月31日

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
休館日	アクアビクス	大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室		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	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	
8	9	10	11	12	13
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	キッズスイミング 土①・②・③
	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	
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	
15	16	17	18	19	20
ウォーク&ストレッチ	アクアビクス	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	キッズスイミング 土①・②・③
	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	
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	
22	23	24	25	26	27
ウォーク&ストレッチ	アクアビクス	大人のスイミング教室	水中らくらく運動教室		キッズスイミング 土①・②・③
	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	
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	
29	30	31			
休館日	休館日	休館日			

■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「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。

エコスパ佐世保 TEL0956-20-1012 佐世保市大塔町1036-1