

2020年度 ☆2期 カルチャールームの教室日程表★

曜日	教室名	時間	7月	8月	9月
火	ヨガ	12:30~13:30	7・14・21・28	4・18・25	1・8・15
金	ヨガ	10:30~11:30	3・10・17・24	7・14・21・28	4・11

*個人施設利用料はかかりません。(会費に諸室費用が含まれています。)

*日程を変更する場合があります。

2020年度 ☆2期 水泳教室日程表☆

曜日	教室名	時間	7月	8月	9月
火	初心者水泳(シルバー)	10:15~11:15	7・14・21・28	4・18・25	1・8・15
	水中ウォーク	11:30~12:00			
	アクアビクス	12:15~13:00			
	初級水泳	19:30~20:30			
水	初級水泳	10:15~11:15	8・15・22・29	5・19・26	2・9・16
	中級水泳				
	泳法塾(平泳ぎ)	11:30~12:00			
	水中健康運動	12:15~13:00			
	泳法塾(クロール)	19:35~20:05			
木	初級水泳	10:15~11:15	2・9・16・23・30	6・20・27	3・10
	水中ウォーク	11:20~11:50			
	アクアビクス	12:00~12:45			
	上級水泳	19:30~20:30			
金	シルバー水泳	10:15~11:15	3・10・17・24	7・14・21・28	4・11
	泳法塾(バタフライ)	11:30~12:00			
	初心者水泳	19:30~20:30			
	中級水泳				

*会員になるために、入会事務手数料1,650円が必要になります。(2020年度1期からの継続会員は0円)

*受講料の他に毎回別途施設利用料(高校生以下220円/回・65歳未満550円/回・65歳以上330円/回)が必要となります。

*3カ月ごとにプログラムの改訂を予定しております。