

AQUA SCHEDULE ~DIVA SPORTS CLUB~												
	月曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
	25mプール	多目的プール	25mプール	多目的プール	25mプール	多目的プール	25mプール	多目的プール	25mプール	多目的プール	25mプール	多目的プール
9:30	営業開始 9:30		営業開始 9:30		営業開始 9:30		営業開始 9:30		営業開始 9:30		営業開始 9:30	
10:00							初級クロール/背泳ぎ 9:45~10:15 熊谷 <b>NEW</b>		キッズスクール 9:30~10:30			
10:30				アクアダンス45 10:15~11:00 新野		はじめてスイム 10:15~10:45 神山						
11:00		親子スクール 10:30~11:30			11:00~11:20			アクアダンス 10:30~11:00 MEGU		親子スクール 10:35~11:35 (最大2コース使用)		アクアダンス45 10:30~11:15 阿部
11:30			中級スイム45 11:15~12:00 松沢	有 Water GYM 11:15~11:45 新野			有 PL I 11:15~11:45 岩澤					日曜日 限定プログラム 目指せ25m クロール/背泳ぎ 11:30~12:15 スタッフ
12:00	有 PL I 11:45~12:15 熊谷 <b>NEW</b>	いきいき 水中健康教室 11:45~12:25 大和										
12:30						中級スイム45 12:10~12:55 崎迫						
13:00	中級スイム45 12:30~13:15 熊谷	有 APS 12:35~13:05 大和										
13:30			森隆弘塾 12:55~13:55 25m以上泳げる方対象		有 成人スクール 13:00~14:00 上級 崎迫							有 AQUA ZUMBA30 13:05~13:35 田沼
14:00		アクアフレックス30 13:30~14:00 神山		アクアウォーク 13:15~13:45 神山		親子スクール 13:00~14:00						
14:30				14:10~14:55 ※テーマにより、多目的 プールを使用致します。 詳しくは、チラシを ご覧ください。								
15:00				有 基礎から学ぶ 森隆弘塾		初級平泳ぎ 14:15~14:45 崎迫						
15:30												
16:00												
16:30	キッズスクール 14:45~18:00 (最大3コース使用)					キッズスクール 14:45~18:00 (最大3コース使用)						登録制 DIVA水泳部 16:00~17:00
17:00												
17:30												
18:00												
18:30												
19:00	有 PL I 19:00~19:30 岩澤	有 イベント 不定期開催 19:00~21:30 25Mプールにて 森隆弘塾イベント を開催致します。 ※詳しくは、ポップ をご覧ください										
19:30												
20:00	スイムトレーニング 19:40~20:25 岩澤											
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												

**フリーDAY 毎月5・15・25日**  
毎月5のつく日は下記泳法レッスンが休講となり、フリー遊泳としてご利用いただけます  
はじめてスイム/初級スイムレッスン/中級スイム  
スイムトレーニング/日曜日限定スイムレッスン

プール利用時間は19:30まで  
施設閉館時間 20:00

□有料制について (有)

- ・有料制のクラスです。
- ※別途、参加料金が必要となります。

□表記に関して

- \*PL プライベートレッスン
- \*APS アクアパーソナルストレッチ

□レッスンに関して

- \*レッスン開始後、5分以上経過してのご参加はできません。
- \*途中退場は基本、ご遠慮ください。
- \*準備運動・ストレッチ等十分に行ってからご参加ください。