

スウィン鴻巣 タイムスケジュール 2021年 5月～

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール	スタジオ	メインプール	サブプール
	9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:00 OPEN			9:30 OPEN		
9:00		9:00~10:30		9:15~9:20 ラジオ体操	9:00~11:00		9:15~9:20 ラジオ体操	9:00~11:00		9:15~9:20 ラジオ体操	9:00~10:30		9:15~9:20 ラジオ体操	9:00~11:00		9:00~10:00	9:00~12:10		9:30~14:30		
9:30		フリー&ウォーキング		9:30~9:45 ボールリラックス	フリー&ウォーキング		9:30~9:45 ストレッチ	フリー&ウォーキング		9:30~9:45 ストレッチ	フリー&ウォーキング		フリー&ウォーキング		学童 土A						
10:00		初級エアロ		10:00~10:30	太極拳24式	親子ベビー	10:00~10:45	親子ベビー		10:00~10:45	姿勢を整えるヨガ		10:00~10:45	親子ベビー	ソフトヨガ	学童		10:00~10:30	ズンバ		
10:30	大角地	10:40~11:40	10:30~11:40	初級エアロ	武田		武田		10:40~11:40	10:30~11:40	丸山		丸山		武田	学童 土B	フリー&ウォーキング	10:40~11:10	ズンバ		
11:00	大角地	成人水泳指導	フリー&ウォーキング	11:15~12:15	フラダンス	フリー&ウォーキング	11:15~12:15	フリー&ウォーキング		11:15~12:15	成人水泳指導	フリー&ウォーキング	11:15~12:00	アクアピクス	フリー&ウォーキング	学童 土C		11:00~12:00	木藤		
11:30		11:40~14:00		11:15~12:15	アクアピクス	フリー&ウォーキング	11:15~12:15	フリー&ウォーキング		11:15~12:15	かんたんボクササイズ	11:40~14:00	11:15~12:00	アクアピクス	フリー&ウォーキング						
12:00				12:10~14:00	フリー&ウォーキング		12:10~14:00	フリー&ウォーキング		12:10~14:00	フリー&ウォーキング		12:10~14:00	フリー&ウォーキング				12:00~13:00	ヨガ	フリー&ウォーキング	
12:30		フリー&ウォーキング		12:15~12:45	水慣れ					12:15~12:45	水慣れ		12:15~13:00	親子ベビー	抽選			13:00~13:45	アクアピクス	田村	
13:00	13:00~14:00			13:00~13:30	HIPHOP	上半身	13:00~13:45	ジャズエクササイズ		13:00~13:30	腰痛		13:00~14:00	フリー&ウォーキング	下半身						
13:30	心を落ちつかせるヨガ			13:35~14:05	MI2		13:35~14:05	MI2		13:30~14:15	太極拳24式		13:30~14:15	ピラティス							
14:00		14:00~17:00		14:00~17:00	HIPHOP	MI2	14:00~17:00	HIPHOP	MI2	14:00~17:00	菅野		14:15~15:15	体ほぐし&ストレッチ				14:10~19:00			
14:30	14:15~14:45			14:40~15:30	幼児特別火S		14:40~15:30	幼児特別火S		14:40~15:30	幼児特別水S		14:40~15:30	幼児特別木S				14:30~15:30	学童土0		
15:00		幼児特別月S		15:30~16:30	学童火1		15:30~16:30	学童火1		15:30~16:30	学童水1		15:30~16:30	学童木1							
15:30		学童月1		16:30~17:30	学童火2		16:30~17:30	学童火2		16:30~17:30	学童水2		16:30~17:30	学童木2							
16:00		学童月2		17:30~18:30	学童火3		17:30~18:30	学童火3		17:30~18:30	学童水3		17:30~18:30	学童木3							
16:30		学童月3		18:30~19:30	avex Dance Master 初級		18:30~19:30	avex Dance Master 初級		18:30~19:30	avex Dance Master 初級		18:30~19:30	avex Dance Master 初級							
17:00	17:30~18:30	選手II		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
17:30	空手教室	選手II		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
18:00		選手II		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
18:30		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
19:00		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
19:30		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
20:00		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
20:30		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
21:00		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
21:30		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							
22:00		avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級		18:30~20:00	avex Dance Master 初級							

施設利用時間について

- 月水木 : 9:00~20:00
- 火・金 : 9:00~21:30
- 土曜日 : 9:00~19:00
- 日曜日 : 9:30~14:30

CLOSE

最終退館時間です

整理券

整理券の配布をするレッスンです

抽選

抽選を実施するレッスンです

変更箇所(開始時間変更)

