ミナミスポーツクラブ
I.S.S.G イトマンスイミングスクール&フィットネス 南グループ 株式会社いずみ21

オール　甲西イトマンスイミングスクール

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00							レディース マスターズ 9:00～10:00	9:00
30								30
10:00	フリー 10:00 流水 ～10:30 ウォーキング ～11:00	フリー 10:00～11:00 いきいきアクア ～10:50	フリー 10:00 流水 ～10:30 ウォーキング ～11:00	フリー 10:00～11:00 いきいきアクア ～10:50	フリー 10:00 流水 ～10:30 シェイプ ～11:00			10:00
30								30
11:00	レディース 女性のみ 11:00～12:00		健康 11:00～12:00	レディース 女性のみ 11:00～12:00				11:00
30								30
12:00						フリー 一般開放 12:15～13:20		12:00
30								30
13:00	フリー 一般開放 13:00～14:20	フリー 一般開放 13:00～14:20	レディース 女性のみ 13:00～14:00	フリー 一般開放 13:00～14:20	フリー 一般開放 13:00～14:20		流水 13:00～13:30	13:00
30							フリー 一般開放 ファミリー遊泳 13:30～16:00	30
14:00			はつらつウォーター エクササイズ 14:15～15:00					14:00
30								30
15:00								15:00
30								30
16:00								16:00
30								30
17:00								17:00
30								30
18:00								18:00
30			水曜バラエティ 18:35～19:20					30
19:00						レディース マスターズ 19:00～20:00		19:00
30			レディース マスターズ 19:30～20:30					30
20:00	フリー 一般開放 20:15～21:30	フリー 一般開放 20:15～21:30	フリー 一般開放 20:30～21:30	フリー 一般開放 20:15～21:30	フリー 一般開放 20:15～21:30	フリー 一般開放 20:00～21:30		20:00
30								30
21:00								21:00
30								30
22:00								22:00
30								30