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

プログラム　甲西イトマンスイミングスクール

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