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								9:00
30								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 / ウォーキング 10:30～11:00			10:00
30								30
11:00			健康 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		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								30
19:00								19:00
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