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

R7.4月～タイムスケジュール　甲西イトマンスイミングスクール

	月	火	水	木	金	土	日
9:00 30						ジュニア A-9 25～6 9:00～10:00	レディース マスターズ 9:00～10:00
10:00 30	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 はつらつウォーターエクササイズ 10:00～10:45	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	ジュニア A-10 25～特 10:15～11:15	ジュニア A-7 25～特 10:30～11:30
11:00 30	レディース 女性のみ 11:00～12:00	ベビー 11:10～12:00	レディース 女性のみ 11:00～12:00	レディース 女性のみ 11:00～12:00	ベビー 11:10～12:00	ジュニア A-11 25～特 11:15～12:15	ジュニア A-8 25～特 11:30～12:30
12:00 30						フリー 一般開放 12:15～13:20	流水 12:45～13:15
13:00 30	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	フリー 一般開放 からだほぐし体操（陸上） 13:00～13:45 13:00～14:20	ジュニア A-1 25～6 13:30～14:30	フリー 一般開放 ファミリー遊泳 13:15～15:00
14:00 30						ジュニア A-2 25～6 14:45～15:45 キティ 14:45～15:35	
15:00 30	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30 キティ 15:30～16:20	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30	ジュニア A-3 25～6 15:30～16:30 キティ 15:30～16:20	ジュニア A-3 25～特 15:45～16:45	
16:00 30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30	ジュニア A-4 25～特 16:30～17:30		
17:00 30	ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30	ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30	ジュニア A-5 19～特 17:30～18:30	ジュニア A-5 17～特 17:30～18:30	ジュニア A-5 15～特 17:30～18:30		
18:00 30	選手	選手		選手	選手		
19:00 30			レディース マスターズ 19:00～20:00			レディース マスターズ 19:00～20:00	
20:00 30	フリー 20:15～21:30	フリー 20:15～21:30	フリー 20:00～21:00	フリー 20:15～21:30	フリー 20:15～21:30	フリー 20:00～21:00	
21:00 30							