



# 浦安市屋内水泳プール 3月 スポーツ教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	
				<b>【臨時休館のお知らせ】</b> 平成30年2月13日(火)～平成30年3月2日(金) 水の入替えおよび機器・設備の点検の為 ※ご理解の程よろしくお願いいたします。		<b>屋内水泳プール感謝祭</b> <b>&lt;プール無料開放&gt;</b> ※当日はミニイベントを 開催します	
4	5	6	7	8	9	10	
マスターズラ〜くん 9:20～10:50 ワンポイントアドバイス 13:45～14:30	水中体操・ストレッチ 9:10～9:20	アクアリズム 11:00～11:30	休館日	初級スイミング (加-ル) 13:45～14:15	中級スイミング (加-ル) 13:45～14:30	ワンポイントアドバイス 19:45～20:15	
11	12	13		14	15	16	17
ワンポイントアドバイス 13:45～14:30	初心者水なれ (ウォ-キング) 10:00～10:30	道具でシェイプアップ 11:00～11:30		初級スイミング (バ-ッライ) 13:45～14:15	初級スイミング (背泳ぎ) 13:45～14:15	中級スイミング (背泳ぎ) 13:45～14:30	競泳トレーニング 19:45～20:30
18	19	20	21	22	23	24	
マスターズラ〜くん 9:20～10:50 ワンポイントアドバイス 13:45～14:30	ウォ-キング&ストレッチ 10:00～10:30	初級スイミング (平泳ぎ) 13:45～14:15	<b>春分の日</b> <b>※通常通り営業</b>	ワンポイントアドバイス 19:45～20:15	初級スイミング (加-ル) 13:45～14:15	ワンポイントアドバイス 19:45～20:15	
25	26	27		28	29	30	31
ワンポイントアドバイス 13:45～14:30	初心者水なれ (スィム) 10:00～10:30	アクアリズム 11:00～11:30	中級スイミング (平泳ぎ) 13:45～14:30	初級スイミング (バ-ッライ) 13:45～14:15	中級スイミング (バ-ッライ) 13:45～14:30	競泳トレーニング 19:45～20:30	