



# 浦安市運動公園屋内水泳プール 6月 スポーツ教室スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
						1
						ワンポイントアドバイス 19:45~20:15
2	3	4	5	6	7	8
マスタースラ〜くん 9:20~10:50		アクアリズム 11:00~11:30	休館日		水中ストレッチ&体操 9:20~9:30	
ワンポイントアドバイス 13:45~14:30	アクアパーク 14:45~16:00			中級スイミング(加-ル) 13:45~14:30		競泳トレーニング 19:45~20:30
9	10	11	12	13	14	15
		道具でシェイプアップ 11:00~11:30			初心者水なれ(ウォ-キング) 10:00~10:30	<b>千葉県民の日</b> ※プール無料開放 ＜各種イベント開催＞ 詳しくはお問い合わせください
ワンポイントアドバイス 13:45~14:30	アクアパーク 14:45~16:00		初級スイミング(加-ル) 13:45~14:15	中級スイミング(背泳ぎ) 13:45~14:30		
16	17	18	19	20	21	22
マスタースラ〜くん 9:20~10:50		水上エクササイズ 11:05~11:50	休館日		ウォ-キング&ストレッチ 10:00~10:30	<b>スポーツの集い</b> ＜各種イベント開催＞ 詳しくはお問い合わせください
ワンポイントアドバイス 13:45~14:30	アクアパーク 14:45~16:00			中級スイミング(平泳ぎ) 13:45~14:30		
23	24	25	26	27	28	29
ワンポイントアドバイス 13:45~14:30		アクアリズム 11:00~11:30			初心者水なれ(スイム) 10:00~10:30	
30	アクアパーク 14:45~16:00		初級スイミング(バ-タライ) 13:45~14:15	中級スイミング(バ-タライ) 13:45~14:30		
ワンポイントアドバイス 13:45~14:30						ワンポイントアドバイス 19:45~20:15