2026年11月3日(火)　特別ﾚｯｽﾝｽｹｼﾞｭｰﾙ【旗の台店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ
	ピンクは550円(税込)　水色(太枠)は1,100円(税込)		
10:00			泳ぎにつなげるストレッチ 藤井賢一 10:00～10:30
11:00	スイム撮影会 藤井賢一 11:00～12:30	ZUMBA®45 中尾桂子 10:30～11:15	
12:00		ﾘﾄﾓｽ 中尾桂子 11:30～12:30	
13:00	泳法60 藤井賢一 12:45～13:45	ｴﾝｼﾞｮｲｻｰｷｯﾄ 菅野絵理子 13:00～13:30	
14:00	キッズ スイミングスクール 14:00～18:30		
15:00			
16:00			ﾊﾞﾚI30　やさしいﾊﾞｰﾚｯｽﾝ 竹内京子 16:15～16:45
17:00			ﾊﾞﾚI30　やさしいｾﾝﾀｰﾚｯｽﾝ 竹内京子 16:50～17:20
18:00			
19:00			

【ｽﾀｼﾞｵﾚｯｽﾝ定員】ﾌｨｯﾄﾈｽｽﾀｼﾞｵ：35名　ｳｪﾙﾈｽｽﾀｼﾞｵ：28名

ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。　旗の台店　電話　03-5702-4848

2026年11月23日(月)　特別ﾚｯｽﾝｽｹｼﾞｭｰﾙ【旗の台店】

	プール	Fスタジオ	Wスタジオ
9:00	ピンクは550円(税込)　水色(太枠)は1,100円(税込)		
10:00		ｲｼｭﾀﾖｶﾞ75 齋藤綾乃 9:15～10:30	
11:00	ﾍﾞｰｼｯｸｱｸｱ40 俣野映子 10:20～11:00		
12:00	クロール初級 細田麻涼佳 11:10～11:50		
13:00	平泳ぎ・ﾊﾞﾀﾌﾗｲ初級 細田麻涼佳 12:00～12:40		
14:00			ﾋﾟﾗﾃｨｽ45 柳川裕二 13:05～13:50 【定員20名】
15:00			
16:00		MEGAダンス NORI 15:00～16:00	ﾊﾞﾚI30　やさしいﾊﾞｰﾚｯｽﾝ 竹内京子 16:15～16:45
17:00			ﾊﾞﾚI30　やさしいｾﾝﾀｰﾚｯｽﾝ 竹内京子 16:50～17:20
18:00			
19:00			

【ｽﾀｼﾞｵﾚｯｽﾝ定員】ﾌｨｯﾄﾈｽｽﾀｼﾞｵ：35名　ｳｪﾙﾈｽｽﾀｼﾞｵ：28名

ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。　旗の台店　電話　03-5702-4848