

コース専用利用一覧

2023年度 後期

		12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
月曜日	1					一年生 15:00~16:00				
	2	すいすい歩行 12:20~13:00	レディース 13:00~14:00	さわやか水中体操 14:00~15:00	15:00~16:00 幼児	幼児・児童 16:00~17:00		岩見沢スイミングクラブ 17:30~19:00		アクアピクス 19:00~19:45
	3							岩見沢ドルフィンクラブ 17:00~18:30		
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年			幼児	一年生	幼児	幼児・児童		ドルフィン・岩見沢スイミング		
2F								ヨガ		

火曜日	1	<h1>休館日</h1>									
	2										
	3										
	4										
	5										
	6										
	7										
低学年											
2F											

水曜日	1	フレッシュ 12:00~13:00	さわやか健康クラブ 13:30~14:30	水中運動 14:30~		※11月末までの使用 ※ビーバークラブ 16:00~17:00	岩見沢ドルフィンクラブ 17:00~18:30			
	2							一般 18:30~19:30		
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年			水中運動			ビーバードルフィン	岩見沢ドルフィンクラブ	一般		
2F		ヨガ	ヨガ							

木曜日	1									
	2		アクアピクス 13:00~13:45	平泳ぎ・バタフライ 14:00~15:00	シニア 15:00~16:00	ミッキークラブ 16:00~17:00	岩見沢スイミングクラブ 17:00~18:30		アクアアタック 19:00~19:40	
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年			平泳ぎ・バタフライ			岩見沢スイミング	岩見沢スイミングクラブ			
2F		ヨガ								

金曜日	1									
	2		岩見沢婦人水泳クラブ 12:20~14:50		腰痛改善 15:00~15:50	児童 16:00~17:00	岩見沢スイミングクラブ 17:00~19:00		平泳ぎ・バタフライ 18:50~19:50	
	3	らくらくクロール 12:10~13:10			3歳~年長 15:00~16:00					
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年				3歳~年長	幼児・児童		岩見沢スイミングクラブ	平泳ぎ・バタフライ		
2F		ヨガ						ヨガ		

土曜日	1									
	2		3歳~年長 児童 13:00~14:00	幼児・児童 14:00~15:00	児童 15:00~16:00		岩見沢スイミングクラブ 16:30~18:00			
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年		幼児	幼児・児童	児童			岩見沢スイミングクラブ			
2F							ヨガ		ヨガ	

日曜日	1		幼児 13:00~14:00							
	2			幼児・児童 14:00~15:00		ボディ・アクション 15:15~16:30				
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
低学年		幼児								
2F						ボディ・アクション				