

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1 水	国保 水中WK	水中 WK					STL		学童		初心者 一般	
2 木	ダイエット WK	STL			SP			学童	学童		初心者・一般	
3 金												
4 土		SP			初心者・一般			学童	学童		初心者 一般	初心・一般 中高生
5 日	幼児①9:30~ 幼児②10:30~				SP							
6 月	休館日											
7 火	アクア 健康	初心者 一般			SP			学童		STL	水中 エアビクス	
8 水	国保 水中WK	水中 WK					STL		学童		初心者 一般	
9 木	ダイエット WK	STL			SP			学童	学童		初心者・一般	
10 金	リラックス WK	初心者 一般	STL		SP			学童			初心者 一般	
11 土		SP			初心者・一般			学童	学童		初心者 一般	初心・一般 中高生
12 日	幼児①9:30~ 幼児②10:30~				SP							
13 月	休館日											
14 火	アクア 健康	初心者 一般			SP			学童		STL	水中 エアビクス	
15 水	国保 水中WK	水中 WK					STL		学童		初心者 一般	
16 木	ダイエット WK	STL			SP			学童	学童		初心者・一般	

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
17 金	リラックス WK	初心者 一般	STL			SP			学童		初心者 一般	
18 土		SP				初心者・一般		学童	学童		初心者 一般	初心・一般 中高生
19 日	幼児①9:30~ 幼児②10:30~					SP						
20 月	休館日											
21 火	アクア 健康	初心者 一般				SP		学童		STL	水中 エアビクス	
22 水	国保 水中WK	水中 WK					STL		学童		初心者 一般	
23 木												
24 金	リラックス WK	初心者 一般	STL			SP			学童		初心者 一般	
25 土		SP				初心者・一般		学童	学童		初心者 一般	初心・一般 中高生
26 日	幼児①9:30~ 幼児②10:30~					SP						
27 月	休館日											
28 火	アクア 健康	初心者 一般				SP		学童		STL	水中 エアビクス	
29 水							STL		学童		初心者 一般	
30 木	ダイエット WK	STL				SP		学童	学童		初心者・一般	

サービスプログラム・ショートタイムレッスンのお知らせ

サービスプログラム(水中ウォーキング)

火	木	金	土	日
14:00~14:30	14:00~14:30	14:00~14:30	10:30~11:00	14:00~14:30

ショートタイムレッスン(スイム)

火	水	木	金
18:00~18:30	15:00~15:30	11:00~11:30	12:00~12:30

◆◆お問い合わせ先◆◆
横芝光町光B&G海洋センター
TEL 0479-84-3510
FAX 0479-84-3511
指定管理者
株式会社フクシ・エンタープライズ
hikari-shiosai.com