

# 🏊🏊🏊 スイムスケジュール 🏊🏊🏊

2026. 02~

	月	火	水	木	金	土	日	レベル
								初級スイム ☆☆
10:30	中級スイム ☆☆	アクアビクス	楽しく ウォーキング	アクアビクス	月替わりスイム ☆☆☆☆	水中バレー		中級スイム ☆☆
11:00	水中バレー	初級スイム ☆☆	週替わりスイム ☆☆☆☆	水中バレー	アイテム ウォーキング	初級スイム ☆☆		上級スイム ☆☆☆
11:30								週替わり スイム・4種目 ☆☆☆☆
13:30	週替わり4種目 ☆☆☆☆	初級スイム ☆☆	上級スイム ☆☆☆	アクアビクス	週替わり4種目 ☆☆☆☆	中級スイム ☆☆		月替わりスイム ☆☆☆☆
14:00	アイテム ウォーキング	水中バレー	アクアビクス	初級スイム ☆☆	水中バレー			始良アスリー
14:30								
20:00	1,2,3週目 フリースイム 4週目 アクアビクス		フリースイム 水中バレー		1,3週目 アクアビクス 2,4週目 フリースイム			
20:30								