

バーデパーク運動教室スケジュール【令和8年7月】

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			・園児スイミング教室 10:00～10:15	・園児スイミング教室 10:00～10:15	・園児スイミング教室 10:00～10:20	・ピラティス教室 11:00～12:00 ★
			・水中エクササイズ初級 11:00～12:00 ★	・水中運動教室(受託) 10:45～11:30	・園児スイミング教室 13:00～14:00	・キッズスイミング 15:45～16:45 ★
			・水中エクササイズ入門 13:30～14:30 ★	・南部町健康トレーニング倶楽部 14:30～15:30	・水中エクササイズ中級 14:30～15:30 ★	
			・スイミング初級 18:30～19:30 ★		・やさしいヨガ教室 19:00～20:00 ★	
5	6	7	8	9	10	11
・合気道教室 10:30～11:15 ★	・園児スイミング教室 10:00～10:15	・スイミング基礎 10:45～11:45 ★	・園児スイミング教室 10:00～10:15	・園児スイミング教室 10:00～10:15	・園児スイミング教室 10:00～10:20	・ピラティス教室 11:00～12:00 ★
・ヒップホップダンス初級 13:00～14:00 ★	・園児スイミング教室 13:00～14:00	・園児スイミング教室 12:00～13:00	・水中エクササイズ初級 11:00～12:00 ★	・水中運動教室(受託) 10:45～11:30	・水中エクササイズ中級 14:30～15:30 ★	・キッズスイミング 15:45～16:45 ★
	・園児スイミング教室 14:30～15:15	・南部町水中運動倶楽部 14:30～15:30	・水中エクササイズ入門 13:30～14:30 ★	・南部町健康トレーニング倶楽部 14:30～15:30		
	・ボクシングエクササイズ 19:00～19:45 ★	・キッズチアリーディング 18:30～19:15 ★	・スイミング初級 18:30～19:30 ★			
12	13	14	15	16	17	18
・合気道教室 10:30～11:15 ★	・園児スイミング教室 10:00～10:15	・園児スイミング教室 10:00～10:25	・水中エクササイズ初級 11:00～12:00 ★	休館日	・園児スイミング教室 10:00～10:20	・キッズスイミング 15:45～16:45 ★
	・園児スイミング教室 13:00～14:00	・スイミング基礎 10:45～11:45 ★	・水中エクササイズ入門 13:30～14:30 ★		・水中エクササイズ中級 14:30～15:30 ★	
	・園児スイミング教室 14:30～15:15	・園児スイミング教室 12:00～13:00 ★	・スイミング初級 18:30～19:30 ★		・やさしいヨガ教室 19:00～20:00 ★	
	・ボクシングエクササイズ 19:00～19:45 ★	・南部町水中運動倶楽部 14:30～15:30				
19	20	21	22	23	24	25
・合気道教室 10:30～11:15 ★		・スイミング基礎 10:45～11:45 ★	・水中エクササイズ初級 11:00～12:00 ★	・南部町健康トレーニング倶楽部 14:30～15:30		
・ヒップホップダンス初級 13:00～14:00 ★		・南部町水中運動倶楽部 14:30～15:30	・水中エクササイズ入門 13:30～14:30 ★	・キッズ体操教室 18:30～19:10 ★		
		・キッズチアリーディング 18:30～19:15 ★	・スイミング初級 18:30～19:30 ★			
26	27	28	29	30	31	
	・ボクシングエクササイズ 19:00～19:45 ★	・キッズチアリーディング 18:30～19:15 ★		・南部町健康トレーニング倶楽部 14:30～15:30		

- …運動浴プール
- …25mプール
- …トレーニングジム
- …ベースルーム
- …その他会場
- ★ …チケットで受講可能な教室

※☆印が付いている教室はチケットご購入でご受講いただけます。その他教室の詳細はスタッフにお尋ねください。

※状況により、教室開催会場や指導者に変更になる場合がございます。

※教室開催中は会場の一部または、全てがご利用できなくなります。あらかじめご確認の上、ご了承ください。