バーデパーク運動教室スケジュール【令和8年11月】

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

…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が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。