

平成30年度島根県立水泳プールスポーツ教室(1次)日程表

教室名	曜日	時間	実施日程													
			①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩				
キッズスイム	火曜	火	15:30~16:30			① 4月17日	② 4月24日	振替休日 5月1日	③ 5月8日	④ 5月15日	⑤ 5月22日	⑥ 5月29日	⑦ 6月5日	⑧ 6月12日	⑨ 6月19日	⑩ 6月26日
	金曜	金			① 4月13日	② 4月20日	③ 4月27日	みどりの日 5月4日	④ 5月11日	⑤ 5月18日	⑥ 5月25日	⑦ 6月1日	⑧ 6月8日	⑨ 6月15日	⑩ 6月22日	
	土曜	土	10:00~11:00	① 4月7日	② 4月14日	③ 4月21日	④ 4月28日	こどもの日 5月5日	⑤ 5月12日	⑥ 5月19日	⑦ 5月26日	6月2日	6月9日	⑧ 6月16日	⑨ 6月23日	⑩ 6月30日
ジュニアスイム	初級	火	16:30~17:30			① 4月17日	② 4月24日	振替休日 5月1日	③ 5月8日	④ 5月15日	⑤ 5月22日	⑥ 5月29日	⑦ 6月5日	⑧ 6月12日	⑨ 6月19日	⑩ 6月26日
		土	11:00~12:00 15:00~16:00	① 4月7日	② 4月14日	③ 4月21日	④ 4月28日	こどもの日 5月5日	⑤ 5月12日	⑥ 5月19日	⑦ 5月26日	6月2日	6月9日	⑧ 6月16日	⑨ 6月23日	⑩ 6月30日
	中級 上級	土	13:00~14:00 14:00~15:00	① 4月7日	② 4月14日	③ 4月21日	④ 4月28日	こどもの日 5月5日	⑤ 5月12日	⑥ 5月19日	⑦ 5月26日	6月2日	6月9日	⑧ 6月16日	⑨ 6月23日	⑩ 6月30日
トランポリン	初級 中級・上級	土	13:00~14:00 14:00~15:00	① 4月7日	② 4月14日	③ 4月21日	④ 4月28日	こどもの日 5月5日	⑤ 5月12日	⑥ 5月19日	⑦ 5月26日	6月2日	6月9日	⑧ 6月16日	⑨ 6月23日	⑩ 6月30日
はじめてのシンクロ教室	土	13:00~14:00	① 4月7日	② 4月14日	③ 4月21日	④ 4月28日	こどもの日 5月5日	⑤ 5月12日	⑥ 5月19日	⑦ 5月26日	6月2日	⑧(日) 6月10日	⑨ 6月16日	6月23日	⑩ 6月30日	
ジュニアダンス基礎	水	16:30~17:30		① 4月11日	② 4月18日	③ 4月25日	5月2日	④ 5月9日	⑤ 5月16日	⑥ 5月23日	⑦ 5月30日	⑧ 6月6日	⑨ 6月13日	⑩ 6月20日		

エンジョイスイム	金	14:00~15:00		① 4月13日	② 4月20日	③ 4月27日	みどりの日 5月4日	④ 5月11日	⑤ 5月18日	⑥ 5月25日	⑦ 6月1日	⑧ 6月8日	⑨ 6月15日	⑩ 6月22日		
エンジョイアクア	火	19:00~20:00		体験会 4月10日	① 4月17日	② 4月24日	振替休場日 5月1日	③ 5月8日	④ 5月15日	⑤ 5月22日	⑥ 5月29日	⑦ 6月5日	⑧ 6月12日	⑨ 6月19日	⑩ 6月26日	
	金	10:30~11:30		体験会 4月13日	① 4月20日	② 4月27日	みどりの日 5月4日	③ 5月11日	④ 5月18日	⑤ 5月25日	⑥ 6月1日	⑦ 6月8日	⑧ 6月15日	⑨ 6月22日	6月29日	⑩ 7月6日
機能改善アクア	水	13:30~14:30		体験会 4月11日	① 4月18日	② 4月25日	5月2日	③ 5月9日	④ 5月16日	⑤ 5月23日	⑥ 5月30日	⑦ 6月6日	⑧ 6月13日	⑨ 6月20日	⑩ 6月27日	
アクティブヨーガ	火	10:30~11:30		体験会 4月10日	① 4月17日	② 4月24日	振替休場日 5月1日	③ 5月8日	④ 5月15日	⑤ 5月22日	⑥ 5月29日	⑦ 6月5日	⑧ 6月12日	⑨ 6月19日	⑩ 6月26日	
		19:00~20:00		体験会 4月12日	① 4月19日	② 4月26日	憲法記念日 5月3日	③ 5月10日	④ 5月17日	⑤ 5月24日	⑥ 5月31日	⑦ 6月7日	⑧ 6月14日	⑨ 6月21日	⑩ 6月28日	
陰ヨガ	水	19:00~20:00		体験会 4月11日	① 4月18日	② 4月25日	5月2日	③ 5月9日	④ 5月16日	⑤ 5月23日	⑥ 5月30日	⑦ 6月6日	⑧ 6月13日	⑨ 6月20日	⑩ 6月27日	
骨コツメンテナンス	木	19:00~20:00		体験会 4月12日	①リング 4月19日	②ヨガ 4月26日	憲法記念日 5月3日	③エアロ (シューズ) 5月10日	④ボール 5月17日	⑤青竹 5月24日	⑥リング 5月31日	⑦ヨガ 6月7日	⑧エアロ (シューズ) 6月14日	⑨ボール 6月21日	⑩青竹 6月28日	
ピラティス	金	10:30~11:30		① 4月13日	② 4月20日	4月27日	みどりの日 5月4日	③ 5月11日	④ 5月18日	⑤ 5月25日	⑥ 6月1日	⑦ 6月8日	⑧ 6月15日	⑨ 6月22日	6月29日	⑩ 7月6日
健美健康体操	金	12:45~13:45		体験会 4月13日	① 4月20日	② 4月27日	みどりの日 5月4日	③ 5月11日	④ 5月18日	⑤ 5月25日	⑥ 6月1日	⑦ 6月8日	⑧ 6月15日	⑨ 6月22日	6月29日	⑩ 7月6日

…教室はお休みです。

体験会

…どなたでも無料で参加できます。事前に申込が必要です。

①②③などの数字は教室の回数です。