

# もいたろうプール 4月 教室予定表

## Inbody測定 & アドバイス

4月は…

**3日, 13日, 23日**

- 体についた脂肪や筋肉量のバランスを測定!
- データは印刷されるのでぜひご活用ください
- 「アドバイスが欲しい!」という方はお気軽にスタッフまでお声がけください♪

## ～4月のお知らせ～

### 新学期応援キャンペーン!

みなさん入学・進級おめでとうございます!  
 今月は、イベント期間内に子供水泳教室へ4回参加していただいたお子様にお菓子をプレゼントいたします!  
 夏に向けた水慣れや水泳練習にチャレンジしてみませんか?

	月	火	水	木	金	土	日
9:30				休館日			
10:00	大人水泳		ボディ コンディショニング		はじめての 大人水泳	大人水泳	
10:30							
11:00	燃焼ウォーキング		リズムアクア		らくらくウォーキング	アクアボクサ	
11:30							
12:00							
12:30							幼児水泳
13:00							
13:30							小学1～2年 水泳
14:00		ストレッチ&筋トレ	ピラティスヨガ		はじめての 大人水泳		
14:30		水中ウォーキング	リズムアクア			小学3～6年 水泳	中学生 水泳
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00			大人水泳				
18:30	筋トレTIME	ボールトレーニング				基礎ボクサ	
19:00	コアボクサ	ボクトレ	ピラティスヨガ			初めての エアロビクス	
19:30							
20:00							
20:30							

有料プール教室

無料プール教室

有料軽運動教室

無料軽運動教室

～イベント対象教室～