

# もりたろうプール 3月 教室予定表

## Inbody測定 &アドバイス

3月は…

**3日, 14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お声がけください♪

## 祝日営業のお知らせ

20日(春分の日)は祝日営業となります。お間違えの無いよう、事前に営業日のご確認をお願いいたします。

20日(木)→**祝日営業**

21日(金)→**振替休館**

	月	火	水	木	金	土	日
9:30				休館日			
10:00	大人水泳		Body 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	小学3～6年 水泳	中学生 水泳
14:30		水中ウォーキング	リズムアクア				
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00			大人水泳				
18:30	筋トレTIME				基礎ボクサ		
19:00	コアボクサ		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