

# 『GW期間中プールレッスン休講のお知らせ』

GW期間中プールレッスンを休講させていただきます。

## プールレッスン（本館プール）

5/1（水）

11：00～11：30	シェイプアップエクササイズ	浜田
12：30～12：50	水中筋トレ	浜田
13：00～14：00	クロール&背泳ぎ	森岡
20：30～21：00	初心者スイム	井上綾

5/2（木）

11：00～11：30	アクティブウォーターエクササイズ	浜田
13：00～14：00	4泳法	渡辺
14：30～15：00	初心者スイム	浜田

ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。