

2023年 7月16日～ 東成屋内プール レッスンプログラム

	月	火	水	木	金	土		
9:00	★ 担当コーチ変更					キッズスイミング K6 3歳～小学2年生 △級～13級 9:15～10:15	9:00	
9:30						ジュニアスイミング A6 3歳～中学生 △級～7級 10:15～11:15	9:30	
10:00						大人水泳教室 中級 24名 安住 11:15～12:15	10:00	
10:30						ジュニアスイミング A6-1 3歳～中学生 △級～7級 12:30～13:30	10:30	
11:00		アクアビクス 30名 11:00～11:30	ウォーキング 30名 11:00～11:30	アクアビクス 30名 11:00～11:30	水中EX 30名 11:00～11:30		ジュニアスイミング A6-3 3歳～中学生 △級～7級 13:30～14:30	11:00
11:30						キッズスイミング K6 3歳～小学2年生 △級～13級 14:30～15:30	11:30	
12:00		★ 大人水泳教室 はじめよう水泳 12名 大内 12:00～13:00	★ 大人水泳教室 初中級 14名 善家 12:00～13:00	大人水泳教室 初級 12名 善家 12:00～13:00	★ 大人水泳教室 中級 24名 東 12:00～13:00		ジュニアスイミング A6-2 3歳～中学生 △級～7級 15:30～16:30	12:00
12:30						ジュニアスイミング B6-2 3歳～中学生 14級～1級 16:30～17:30	12:30	
13:00		大人水泳教室 中級 24名 安住 13:05～14:05	大人水泳教室 上級 24名 兼子 13:05～14:05	大人水泳教室 中上級 24名 兼子 13:05～14:05	大人水泳教室 初級 12名 兼子・成田 13:05～14:05		ジュニアスイミング C6 小学生・中学生 6級～1級 17:30～18:30	13:00
13:30								13:30
14:00								14:00
14:30								14:30
15:00		キッズスイミング K2 3歳～小学2年生 △級～13級 15:00～16:00	キッズスイミング K3 3歳～小学2年生 △級～13級 15:00～16:00	キッズスイミング K4 3歳～小学2年生 △級～13級 15:00～16:00	キッズスイミング K5 3歳～小学2年生 △級～13級 15:00～16:00			15:00
15:30								15:30
16:00		ジュニアスイミング A2 3歳～中学生 △級～7級 16:00～17:00	ジュニアスイミング A3 3歳～中学生 △級～7級 16:00～17:00	ジュニアスイミング A4 3歳～中学生 △級～7級 16:00～17:00	ジュニアスイミング A5 3歳～中学生 △級～7級 16:00～17:00			16:00
16:30								16:30
17:00		ジュニアスイミング B2 3歳～中学生 14級～1級 17:00～18:00	ジュニアスイミング B3 3歳～中学生 14級～1級 17:00～18:00	ジュニアスイミング B4 3歳～中学生 14級～1級 17:00～18:00	ジュニアスイミング B5 3歳～中学生 14級～1級 17:00～18:00			17:00
17:30								17:30
18:00		ジュニアスイミング C2 小学生・中学生 6級～1級 18:00～19:00	ジュニアスイミング C3 小学生・中学生 6級～1級 18:00～19:00	ジュニアスイミング C4 小学生・中学生 6級～1級 18:00～19:00	ジュニアスイミング C5 小学生・中学生 6級～1級 18:00～19:00			18:00
18:30							18:30	
19:00							19:00	
19:30		大人水泳教室 初級 12名 兼子 19:00～20:00			大人水泳教室 初級 12名 兼子 19:00～20:00		19:30	
20:00							20:00	

アクアビクス 30分 料金 ¥220
水中ウォーキング 30分 料金 ¥220
水中EX 30分 料金 ¥200
大人EX限定定期 上記の4教室参加可能
料金 ¥2,090

大人水泳教室 60分
料金 ¥440

大人水泳教室定期券 ¥4,180

大人教室セット定期券 ¥5,170

教室ポイントカードができました！！

30分教室 1ポイント
60分教室 2ポイント
10ポイント貯まれば30分レッスン無料
20ポイントで60分レッスン無料

大人水泳教室

定員を超えた場合は抽選となります
レッスン5分前に受付を締め切らせていただきます

東成屋内プール
〒537-0021
大阪市東成区東中本2-12-1
TEL06-6972-6123

東成屋内プール

指定管理者: 新生ビルテクノ・東急スポーツオアシス・ゼット共同事業体