

御津スポーツパーク プログラムスケジュール (2025. 4月～)

	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
月曜日											
		機能改善体操 10:30~11:30					子どもトランポリン教室 15:30~16:30 キッズコース	16:40~17:40 Aコース		はじめて パワーヨガ 19:00~20:00	
水曜日					らくらく ウォーク 13:20 ~13:50	入門スイム 14:00 ~14:30		子ども水泳教室 15:30~16:30 幼児(M)	16:30~17:40 幼児(A)	17:40~18:50 小中学生(B)	マスターズSWIM 19:00~19:45
		初級エアロ 10:30~11:30	はじめてヨガ 11:45~12:45					子ども体操教室 15:30~16:15 親子	16:30~17:30 幼児コース	17:40~18:50 小学生コース	
木曜日					チャレンジ クロ・背 14:00 ~14:30		子ども水泳教室 15:30~16:30 幼児(M)	16:30~17:40 幼児(A)	17:40~18:50 小中学生(B)	アクアビクス 19:10 ~19:40	入門スイム 19:50 ~20:20
		リラックスヨガ 10:30~11:30							子どもダンス教室 17:30~18:20 キッズコース	18:30~19:30 ジュニアコース	
金曜日					アクアビクス 13:20~13:50		子ども水泳教室 15:30~16:30 幼児(M)	16:30~17:40 幼児(A)	17:40~18:50 小中学生(B)	がんばれ4泳法 19:10~19:40	
		リズムダンス 11:00~12:00								ボクササイズ 19:15~20:00	
土曜日											
					子ども体操教室 13:30~14:15 親子	14:30~15:30 幼児コース	15:40~16:50 小学生コース				