



# ウォーターランド南条 レッスンスケジュール

2024年10月～2025年3月

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00

**営業時間のご案内 (10～3月)**  
 【月曜日】 13:00-20:30 【閉館21:00】  
 【火～金】 10:00-20:30 【閉館21:00】  
 【土曜日】 13:00-17:30 【閉館18:00】  
 【祝日】 10:00-17:30 【閉館18:00】  
 【日曜日】 休館日 (7～8月は営業)  
 ※12～3月のプールは11:00からの営業です。

曜日	時間	内容	講師
月	プール	アクアシェイプ 深草	
	Aスタジオ	フラダンス 酒井	
	Bスタジオ	かんたんエアロ 山田	
火	プール	初級水泳 黒清	
	Aスタジオ	姿勢改善体操 高橋	
	Bスタジオ	整体体操 三好	
水	プール	ベビースイミング 井上	
	Aスタジオ	朝ヨガ 武田	
	Bスタジオ	夜ヨガ	若松
木	プール	アクアシェイプ 深草	
	Aスタジオ	筋力アップ運動 深草	
	Bスタジオ	整体体操 三好	
金	プール	笑顔でウォーク 吉原	
	Aスタジオ	脳トレ健康体操 倉野	
	Bスタジオ	ナチュラルヨガ 武田	
土	プール	ジュニアスイミング S-1 10:15-11:15	
	プール	ジュニアスイミング S-2/年中 11:25-12:25	

会員別利用時間 (平日)  
 モーニング会員 10:00-12:00  
 デイ会員 11:00-16:00  
 ナイト会員 16:00-20:45

※プール教室開講中でも、「泳ぐコース」と「歩くコース」は、それぞれ1レーンずつ空いています。  
 ただし、ジュニアスイミングの時間帯は、その限りではありません。



**ウォーターランド南条**  
 福井県南条郡南越前町牧谷29-8  
 電話：0778-47-3711