

# 【1月】アクア・ウォーキングプログラム 使用コース数一覧

曜日	時間	プログラム名	担当者	最大使用コース数(※)
火曜日	10:00~10:30	アクア30	黒澤 葉子	3コース
	14:30~15:15	アクアベーシック	篠田 幸子	3コース
水曜日	10:00~10:30	アクア30	中田 恵美子	3コース
	12:05~12:35	水中ウォーキング	雨間 佐代	3コース
木曜日	10:00~10:40	アクア40	江川 美穂	3コース
	12:40~13:10	ウォーキング&ヌードル	丸山 知子	3コース
	14:20~15:00	アクア40	岡 幸子	3コース
金曜日	10:00~10:40	アクア40	増野 宏子	3コース
	12:05~12:35	水中ウォーキング	丸山 知子	3コース
	14:20~15:00	アクア40	鈴木 隼人	3コース
土曜日	10:10~10:50	アクア40	中村 友香	3コース
	15:20~15:50	アクアグローブ	黒澤 葉子	3コース
日曜日	10:45~11:05	アクアコンディショニング	篠田 幸子	3コース
	11:10~11:40	アクア30	篠田 幸子	3コース
	15:30~16:10	アクア30	鈴木 隼人	3コース

※ 最大使用コース数のため、当日の参加人数によっては使用コース数が減る可能性があります。

( 20名まで ⇒ 2コース / 21名以上 ⇒ 3コース )

※ 3コース使用の場合 ⇒ **歩行専用×1コース、泳ぎ(片道)専用×1コース**

4コース使用の場合 ⇒ **歩行専用×1コース**のみ

5コース使用の場合 ⇒ プログラム実施時間は **プログラム専用** とさせていただきます

※ 原則として月毎に使用コース数を決定いたしますが、例外として参加者数があまりにも多い場合には月の途中からでも使用コース数を変更させていただく場合もありますのでご了承ください。その場合は事前にお知らせいたします。

※ 泳法系のプログラムについては定員数の変更はありません。(最大3コース、24名まで)

※ 極力マスクをご着用のうえ、**マスク未着用での会話は禁止**とさせていただきます。