

2018年雲南市加茂B&G海洋センタープール 【成年水中運動】【高齢者水中運動】 年間日程表

【成年水中運動】

月曜日(月2回)  
15:00~15:45

| No. | 日にち   | 曜日 |
|-----|-------|----|
| 1   | 7/30  | 月  |
| 2   | 8/6   | 月  |
| 3   | 8/27  | 月  |
| 4   | 9/3   | 月  |
| 5   | 9/10  | 月  |
| 6   | 10/15 | 月  |
| 7   | 10/22 | 月  |
| 8   | 11/12 | 月  |
| 9   | 11/26 | 月  |
| 10  | 12/10 | 月  |
| 11  | 12/17 | 月  |
| 12  | 1/7   | 月  |
| 13  | 1/28  | 月  |
| 14  | 2/4   | 月  |
| 15  | 2/25  | 月  |
| 16  | 3/11  | 月  |
| 17  | 3/18  | 月  |

【高齢者水中運動】

毎週月曜日  
10:30~11:15

| No. | 日にち   | 曜日 |
|-----|-------|----|
| 1   | 7/30  | 月  |
| 2   | 8/6   | 月  |
| 3   | 8/20  | 月  |
| 4   | 8/27  | 月  |
| 5   | 9/3   | 月  |
| 6   | 9/10  | 月  |
| 7   | 10/1  | 月  |
| 8   | 10/15 | 月  |
| 9   | 10/22 | 月  |
| 10  | 10/29 | 月  |
| 11  | 11/5  | 月  |
| 12  | 11/12 | 月  |
| 13  | 11/19 | 月  |
| 14  | 11/26 | 月  |
| 15  | 12/3  | 月  |
| 16  | 12/10 | 月  |
| 17  | 12/17 | 月  |
| 18  | 1/7   | 月  |
| 19  | 1/21  | 月  |
| 20  | 1/28  | 月  |
| 21  | 2/4   | 月  |
| 22  | 2/18  | 月  |
| 23  | 2/25  | 月  |
| 24  | 3/4   | 月  |
| 25  | 3/11  | 月  |
| 26  | 3/18  | 月  |
| 27  | 3/25  | 月  |

木曜日クラス  
10:30~11:15

| No. | 日にち   | 曜日 |
|-----|-------|----|
| 1   | 8/9   | 木  |
| 2   | 8/16  | 木  |
| 3   | 8/23  | 木  |
| 4   | 8/30  | 木  |
| 5   | 9/6   | 木  |
| 6   | 9/13  | 木  |
| 7   | 9/20  | 木  |
| 8   | 9/27  | 木  |
| 9   | 10/4  | 木  |
| 10  | 10/11 | 木  |
| 11  | 10/18 | 木  |
| 12  | 10/25 | 木  |
| 13  | 11/1  | 木  |
| 14  | 11/8  | 木  |
| 15  | 11/15 | 木  |
| 16  | 11/22 | 木  |
| 17  | 11/29 | 木  |
| 18  | 12/6  | 木  |
| 19  | 12/13 | 木  |
| 20  | 12/20 | 木  |
| 21  | 12/27 | 木  |
| 22  | 1/10  | 木  |
| 23  | 1/17  | 木  |
| 24  | 1/24  | 木  |
| 25  | 1/31  | 木  |
| 26  | 2/7   | 木  |
| 27  | 2/14  | 木  |
| 28  | 2/21  | 木  |
| 29  | 2/28  | 木  |
| 30  | 3/7   | 木  |
| 31  | 3/14  | 木  |
| 32  | 3/28  | 木  |

※高齢者水中運動をお申込の方は、振替を利用していただき、32回参加できます。