

**2024年 平和島公園水泳場**  
 秋冬の教室一覧【9月～12月】

住所：東京都大田区平和島4-2-2 平和島競艇場より徒歩4分、京急バス「大森車庫」「レジャーランド平和島」下車  
 開館時間：9:30～21:00 休館日：第1・3月曜日 教室予約受付：9:00～18:00 ☎：03-3764-8424

2024/9/1

	月 火		水		木	金	土	日	
	プール	スタジオ	プール	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
9:30					成人ストレッチ 9:30～10:30 定員15名 ¥500 上野	大人の水泳入門 9:30～10:20 毎週 定員15名 ¥800 栄田	予約	小学生 はじめての水泳① 9:30～10:20 事前申込13名 萩野 ¥1000	やさしいヨガ 9:20～10:20 定員15名 ¥500 山本
10:00				クロール・背泳ぎ のステップアップ教室 10:15～11:00 定員15名 ¥800 大塚					
10:30					元気体操 10:40～11:30 定員15名 ¥500 上野		予約	小学生 はじめての水泳② 10:30～11:20 事前申込13名 萩野 ¥1000	ピラティス 10:30～11:30 定員15名 ¥500 山本
11:00									
11:30				アクア エクササイズ 11:20～12:05 定員40名 ¥500 大塚					
12:00									はじめての パンチ&キック 12:00～12:45 定員15名 ¥500 棟方
12:30									
13:00	大人のための 4泳法入門① 13:10～14:00 定員15名 ¥800 萩野	楽しくはじめる エアロビクス 13:40～14:40 定員15名 ¥500 立野	予約	障がい者水泳 13:00～13:50 当日受付1組 ¥1000 多田				子供かけこ教室 (小3まで) 13:00～14:00 定員15名 ¥500 上野	筋トレde シェイプアップ 12:55～13:40 定員15名 ¥500 棟方
13:30				大人のための 水泳4泳法 13:25～14:30 定員15名 ¥800 栄田	踏み台エクササイズ 13:10～14:10 定員12名 ¥500 立野	予約			
14:00	大人のための 4泳法入門② 14:10～15:00 定員15名 ¥800 萩野								
14:30									
14:30									
15:00									
15:00									
15:30		予約	幼児体操①② ①14:50～15:40 ②15:50～16:40 事前申込各16名 海老澤 ¥1000	予約	幼児水泳① 15:00～15:50 事前申込10名 ¥1000 荒川				
16:00									
16:00									
16:30	予約	小学生 クロール水泳 16:30～17:20 定員10名 ¥1000 第2・第4・第5 安里	予約	小学生体操①② ①16:50～17:40 ②17:50～18:40 事前申込各16名 海老澤 ¥1000	予約	幼児水泳② 16:00～16:50 事前申込10名 ¥1000 荒川			
17:00									
17:00									
17:30									
17:30									
18:00									
18:00									
19:00									
19:00									

プールのご案内は  
こちらのQRコードから



教室のご案内は  
こちらのQRコードから



このマークはご予約が必要な教室です。  
マークのない教室は当日受付まで。

お問い合わせ：03-3764-8424