

# コパンスイミングスクール東浦 プログラムスケジュール (2025年4月)

更新:2025/03/13(木)11:26

	月	火	水	木	金	土	日
	プール	プール	休館日	プール	プール	プール	プール
10:00							
11:00	レディース(③④コース使用) 11:45~12:45	ベビー(⑤⑥コース使用不可) 11:45~12:15		レディース(③④コース使用) 11:45~12:45	ベビー(⑤⑥コース使用不可) 11:45~12:15		
12:00							
13:00							
14:00							

## コパンプログラム

コパンスイミングスクール東浦

<p>プールプログラム</p> <p>水の特性を活かした、足腰に優しい水中プログラム。ヒザや腰が弱い方、初めてプールを利用される方にお勧め。</p>	<p>ご利用制限の時間帯</p> <p>子供スクールや学校授業のため、一部または全面をご利用いただけない時間帯があります。</p>	
--	---	--

プログラム名	分類	説明文
レディーススイミング	カロリー消費、筋力アップ、泳力アップ	レディースのみの水泳レッスンとなります。
子供スイミング	-	子どもスクールの教室時間です。

-->