

平成29年度 水中ウォーキング・アクアフィットネス 予定表

4月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 水中 | 4 | 5 | 6 アクア | 7 | 8 |
| 9 | 10 水中 | 11 | 12 | 13 アクア | 14 | 15 |
| 16 | 17 水中 | 18 | 19 | 20 アクア | 21 | 22 |
| 23 | 24 水中 | 25 | 26 | 27 アクア | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

5月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|----|----|
| | 1 水中 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 水中 | 9 | 10 | 11 アクア | 12 | 13 |
| 14 | 15 水中 | 16 | 17 | 18 アクア | 19 | 20 |
| 21 | 22 水中 | 23 | 24 | 25 アクア | 26 | 27 |
| 28 | 29 水中 | 30 | 31 | | | |

6月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|----|----|
| | | | | 1 アクア | 2 | 3 |
| 4 | 5 水中 | 6 | 7 | 8 アクア | 9 | 10 |
| 11 | 12 水中 | 13 | 14 | 15 アクア | 16 | 17 |
| 18 | 19 水中 | 20 | 21 | 22 アクア | 23 | 24 |
| 25 | 26 水中 | 27 | 28 | 29 アクア | 30 | |

7月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----|-----------|----|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 水中 | 4 | 5 | 6 アクア | 7 | 8 |
| 9 | 10 水中 | 11 | 12 | 13 アクア | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 水中 | 19 | 20 アクア | 21 | 22 |
| 23 | 24 水中 | 25 | 26 | 27 アクア | 28 | 29 |
| 30 | 31 水中 | | | | | |

8月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 アクア | 4 | 5 |
| 6 | 7 水中 | 8 | 9 | 10 アクア | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 水中 | 22 | 23 | 24 アクア | 25 | 26 |
| 27 | 28 水中 | 29 | 30 | 31 アクア | | |

9月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----|-----------|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 水中 | 5 | 6 | 7 アクア | 8 | 9 |
| 10 | 11 水中 | 12 | 13 | 14 アクア | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 水中 | 20 | 21 アクア | 22 | 23 |
| 24 | 25 水中 | 26 | 27 | 28 アクア | 29 | 30 |

10月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----|-----------|----|----|
| 1 | 2 水中 | 3 | 4 | 5 アクア | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 水中 | 11 | 12 アクア | 13 | 14 |
| 15 | 16 水中 | 17 | 18 | 19 アクア | 20 | 21 |
| 22 | 23 水中 | 24 | 25 | 26 アクア | 27 | 28 |
| 29 | 30 水中 | 31 | | | | |

11月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|-----------|----|
| | | | 1 | 2 アクア | 3 | 4 |
| 5 | 6 水中 | 7 | 8 | 9 アクア | 10 | 11 |
| 12 | 13 水中 | 14 | 15 | 16 アクア | 17 | 18 |
| 19 | 20 水中 | 21 | 22 | 23 | 24 アクア | 25 |
| 26 | 27 水中 | 28 | 29 | 30 アクア | | |

12月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------|----------|----|----|-----------|----|----|
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 水中 | 5 | 6 | 7 アクア | 8 | 9 |
| 10 | 11 水中 | 12 | 13 | 14 アクア | 15 | 16 |
| 17 | 18 水中 | 19 | 20 | 21 アクア | 22 | 23 |
| 24 31 | 25 水中 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

1月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|---------|----|-----------|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 アクア | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 水中 | 10 | 11 アクア | 12 | 13 |
| 14 | 15 水中 | 16 | 17 | 18 アクア | 19 | 20 |
| 21 | 22 水中 | 23 | 24 | 25 アクア | 26 | 27 |
| 28 | 29 水中 | 30 | 31 | | | |

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----------|----|-----------|----|----|
| | | | | 1 アクア | 2 | 3 |
| 4 | 5 水中 | 6 | 7 | 8 アクア | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 水中 | 14 | 15 アクア | 16 | 17 |
| 18 | 19 水中 | 20 | 21 | 22 アクア | 23 | 24 |
| 25 | 26 水中 | 27 | 28 | | | |

3月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----------|----|----|-----------|----|----|
| | | | | 1 アクア | 2 | 3 |
| 4 | 5 水中 | 6 | 7 | 8 アクア | 9 | 10 |
| 11 | 12 水中 | 13 | 14 | 15 アクア | 16 | 17 |
| 18 | 19 水中 | 20 | 21 | 22 アクア | 23 | 24 |
| 25 | 26 水中 | 27 | 28 | 29 アクア | 30 | 31 |