西成スポーツセンター　プログラム表（2026年4月～）

	日	月	火			水			木		金			土		
	プール		多目的	第１体育場	プール	第１体育場	第２体育場	プール	多目的	プール	多目的	第２体育場	プール	多目的	第１体育場	プール
9時																
10時	子ども 水泳教室 10:00～ 11:00						気功 太極拳 9:30～ 11:00 担当＝竹内		ZUMBA 9:30～ 10:30 担当＝伊澤					キッズ ダンスA 10:20～ 11:20 担当＝Maa		
11時	子ども 水泳教室 11:05～ 12:05		ヨガ 10:45～ 11:45 担当＝北山		フィンスイム 初・中級 11:00～ 12:00 担当＝佐藤				ピラティス 10:45～ 11:45 担当＝古川	アクアビクス 11:15～12:00 担当＝偶数月　藤原 担当＝奇数月　千葉			1ヶ月集中 初級 11:00～ 12:00 担当＝佐藤	キッズ ダンスB 11:30～ 12:30 担当＝Maa		大人水泳 初級 11:15～ 12:15 担当＝麻田
12時			楽ラク 健康づくり A 12:00～ 13:20 担当＝加藤					シニア水泳 初級 12:00～ 13:00 担当＝菱田		大人水泳 初級 12:15～ 13:15 担当＝佐藤						フィンスイム 上級 12:25～ 13:25 担当＝立花
13時								大人水泳 中上級 13:10～ 14:10 担当＝麻田	健康体力 アップ 13:00～ 14:20 担当＝藤原		健康体操 A 13:00～ 14:20 担当＝加藤・茶木			リラックス ヨガ 12:45～ 13:45 担当＝櫻井		
14時		休 館 日	楽ラク 健康づくり B 13:30～ 14:50 担当＝加藤								健康体操 B 14:30～ 15:50 担当＝加藤・茶木					子ども 水泳教室 14:30～ 15:30
15時				A面 卓球 15:30～ 17:00 担当＝岩野				子ども 水泳教室 15:30～ 16:30		子ども 水泳教室 15:30～ 16:30			子ども 水泳教室 15:30～ 16:30		A面 卓球 B面 硬式テニスC 15:30～ 17:00 卓球担当＝岩野 テニス担当＝上野	子ども 水泳教室 15:35～ 16:35
16時					子ども 水泳教室 16:35～ 17:35			子ども 水泳教室 16:35～ 17:35		子ども 水泳教室 16:35～ 17:35	キッズ ダンスC 16:50～ 17:50 担当＝Maa		子ども 水泳教室 16:35～ 17:35			子ども 水泳教室 16:40～ 17:40
17時				A·B面 硬式テニスA 17:30～ 19:00 担当＝新本・青山	子ども 水泳教室 17:40～ 18:40	A面 ジュニアバスケA 18:10～ 19:10 担当＝和田		子ども 水泳教室 17:40～ 18:40		子ども 水泳教室 17:40～ 18:40		ジュニア ダンス 18:10～ 19:10 担当＝Maa	子ども 水泳教室 17:40～ 18:40		A·B面 硬式テニスD 17:30～ 19:00 担当＝上野・上原	
18時						A面 ジュニアバスケB 19:20～ 20:40 担当＝和田		大人水泳 初中級 19:00～ 20:00 担当＝千葉		子ども水泳 スピードクラス 18:45～ 20:00					A·B面 硬式テニスE 19:10～ 20:40 担当＝上野・上原	
19時				A·B面 硬式テニスB 19:10～ 20:40 担当＝新本・青山												
20時																
21時																