

OSK SPORTS CLUB 藤原 LESSON SCHEDULE

※変更については、レッスン代行のお知らせをご確認ください。祝日については、別紙でお案内いたします。

レッスン・時間・担当変更 →

Main lesson schedule grid with columns for Day of Week (月, 火, 水, 木, 金, 土, 日) and Time (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22). Includes lesson details like '腰痛ストレッチ', 'ラジオ体操', 'フラダンス' and instructor names like '鈴木', '木庭', '坂田'.

休館日

初級スイム
水曜日: 背泳ぎ
木曜日: クロール
土曜日: クロール