2024年 4～6月

当日参加コース 【プールプログラム】 タイムスケジュール

	月	火	水	木	金	
	アクアビクス	アクアビクス	ワンポイントレッスン	アクアビクス	アクアウォーキング	ワンポイントレッスン
時間 定員	10:30～11:00 椿/40名	10:30～11:00 宮原/40名	9:50～10:20 中村/20名	10:30～11:00 椿/40名	10:30～11:20 椿/25名	10:30～11:00 中村/15名
	アクアビクス	NEW	ダンベルアクア	アクアビクス		
時間 定員	13:30～14:00 椿/40名		10:30～11:00 椿/40名	13:30～14:00 椿/40名		
	水中ウォーキング			アクアビクス		
時間 定員	14:30～15:00 椿/25名			19:00～19:30 椿/40名		

［参 加 費］ 100円券（事務所窓口にて販売）＋入場券 ※お得な1000円11枚券も販売しております。

［参加方法］ 先着順で受付いたします。
午前のプログラムは9：25より1F入場ゲートにて受付いたします。（9：30以降プール内受付も可）
午後のプログラムは1時間前より1F入場ゲートとプール内にて受付いたします。

［対　　象］ 16歳以上

［参加条件］ 体調チェック（体調に不安のある方はお控えください）

※ 祝祭日は開催しません。

※ 施設の都合により、急遽プログラムを中止・変更させて頂く場合がございますので予めご了承ください。

LCA国際小学校北の丘センター　042-773-5570

プールプログラム日程 ≪2024年4～6月≫

4月	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	28 日	29 月	30 火
午前	○	○	○	○	○			○	休所日	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○			昭和の日	○
午後	○			○				○			○				○			○				○			○					
夜間				○							○							○							○					

5月	1 水	2 木	3 金	4 土	5 日	6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	11 土	12 日	13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	18 土	19 日	20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土	26 日	27 月	28 火	29 水	30 木	31 金
午前	○	○	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	振替休日	○	○	○	○			休所日 5/13(月)～5/27(月)															○	○	○	○
午後		○							○																					○	
夜間		○							○																					○	

6月	1 土	2 日	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	9 日	10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	16 日	17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	23 日	24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	30 日
午前			○	○	○	○	○			○	休所日	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○			
午後			○			○				○			○				○			○				○			○				
夜間						○							○							○							○				