

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	10:30~11:00	10:30~11:00	9:50~10:20	10:30~11:00	10:30~11:20	10:30~11:00
定員	椿/60名	井田/60名	中村/20名	椿/60名	椿/40名	中村/15名
	アクアビクス		ダンベルアクア	アクアビクス		
時間	13:30~14:00		10:30~11:00	13:30~14:00		
定員	椿/60名		椿/40名	椿/60名		
	水中ウォーキング			アクアビクス		
時間	14:30~15:00			19:00~19:30		
定員	椿/40名			椿/60名		

[参加費] 100円券(事務所窓口にて販売)+入場券 ※お得な回数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

《R8年1~3月》

1月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
午前					○	○	○	○	○			成人の休日	休所日	○	○	○			○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	
午後	12/29~1/3				○			○				成人の休日	休所日			○			○			○				○			○		
夜間								○				成人の休日	休所日			○						○							○		
2月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土			
午前	○	○	○	○	○				○	休所日	建国記念の日	○	○			○	○	○	○	○			天皇誕生日	○	○	○	○				
午後	○				○				○	休所日	建国記念の日	○				○			○				天皇誕生日			○					
夜間					○					休所日	建国記念の日	○						○					天皇誕生日			○					
3月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
午前	○	○	○	○	○				○	休所日	○	○	○			○	○	○	○	春分の日			○	○	○	○	○			○	○
午後	○				○				○	休所日	○					○			○				○			○				○	
夜間					○					休所日	○							○					○			○				○	