

# プールプログラム

	月曜日						火曜日						水曜日						木曜日						金曜日						土曜日						日曜日																																																						
コース	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	コース																																																
10:00																																																																																											
30																																																																																											
11:00	めだか						めだか						めだか						めだか						めだか						めだか						めだか																																																						
30																																																																																											
12:00	ベビー						ベビー						ベビー						ベビー						ベビー						ベビー						ベビー																																																						
30							レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級																																																						
13:00	ベビー						レ中 ッ・上 ン級						ベビー						レ中 ッ・上 ン級						ベビー						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級																																																						
30																																																																																											
14:00																																																																																											
30																																																																																											
15:00	幼児						幼児						幼児						幼児						幼児						幼児						幼児																																																						
30																																																																																											
16:00	幼児・初心						幼児・初心						幼児・初心						幼児・初心						幼児・初心						幼児・初心						幼児・初心																																																						
30																																																																																											
17:00	初心						初心						初心						初心						初心						初心						初心																																																						
30																																																																																											
18:00	育成		選手育成				育成		選手育成				育成		選手育成				育成		選手育成				育成		選手育成				育成		選手育成																																																										
30																																																																																											
19:00	選手						選手						選手						選手						選手						選手						選手						選手						注記																																										
30																																																																																											
20:00																																																													↑フリー																														
30																																																																																											
21:00	メ レ ニ キ ン						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級						レ中 ッ・上 ン級																														
30																																																																																											
																																																																																					NTアクア 無料プログラム です。						

◎無料プログラムの御案内◎

毎週水曜日12:30~13:30迄、2階スタジオにてNTボディを実施しております。

※時間帯により使用コースに制限が有ります。(上図参照)

※内容、利用コースなど月組により変更する場合があります。

※短期教室(春・夏・冬)開催中は、時間変更や中止となるコースがあります。

※中止・変更等は一ヶ月前から館内掲示にてお知らせ致します。

※最終チェックアウトは月~土曜日は22:00迄、日曜日は18:00迄となっております。