

ナイスこまどリスポーツクラブ プログラム一覧

曜日	月	火	水	木	金	土	日
時間	プール	プール	プール	プール	プール	プール	プール
9:00							
15							
30							
45							
10:00							
15							
30	成人水泳 初級	成人水泳 中級	成人水泳 中級	成人水泳 初級	成人水泳 初級	成人水泳 中級	ジュニア水泳 K 園児・小学生
45							9:30~10:30
11:00							ジュニア水泳 G 園児・小学生
15	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30	10:30~11:30
30							
45		ベビー スイミング	ベビー スイミング				
12:00	はりきり 水中運動						
15		11:30~12:30	11:30~12:30				
30	12:00~12:45						
45							
13:00		はじめて健康 ヨーキング	らくらく 水中運動				
15		13:00~13:45	13:00~13:45				
30							
45							
14:00							
15							
30	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児	ジュニア水泳 A 園児
45							
15:00	14:30~15:30	14:30~15:30	14:30~15:30	14:30~15:30	14:30~15:30	14:30~15:30	14:30~15:30
15							
30							
45							
16:00	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生	ジュニア水泳 B 園児・小学生
15							
30	16:00~17:00	16:00~17:00	16:00~17:00	16:00~17:00	16:00~17:00	16:00~17:00	16:00~17:00
45							
17:00	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生	ジュニア水泳 C 小学生
15							
30	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00	17:00~18:00
45							
18:00							
15							
30	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上	ジュニア水泳 D,選手 小学生以上
45							
19:00	18:10~19:10	18:10~19:10	18:10~19:10	18:10~19:10	18:10~19:10	18:10~19:10	18:10~19:10
15							
30	選手延長	選手延長	選手延長	選手延長	選手延長	選手延長	選手延長
45							
20:00	成人水泳 中級	成人水泳 初級	成人水泳 初級	成人水泳 初級	成人水泳 マスターズ	成人水泳 マスターズ	成人水泳 マスターズ
15							
30	19:10~19:50	19:10~19:50	19:10~19:50	19:10~19:50	19:10~19:50	19:10~19:50	19:10~19:50
45							
21:00							

◆祝日の営業は成人レッスンは休講となります
 ◆営業日程の詳細につきましては、3ヶ月に1度お配りするスケジュールカレンダーをご確認ください

最終退館 21:00

最終退館 18:00