

スタジオ/アクア スケジュール 2020年10月7日～

	月				水				木				金				土				日				
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	スタジオA	スタジオB	スタジオC	プール	
10:00	定員35名	定員20名	定員15名	通常	定員35名	定員20名	定員15名	通常	定員35名	定員20名	定員15名	通常	定員35名	定員20名	定員15名	通常	10:00	定員35名	定員20名	定員15名	通常	定員35名	定員20名	定員15名	通常
11:00				【定員40名】													11:00								
12:00				10:30～11:00 アクア30 北山佐和子	10:30～11:10 リズム エアロ40 渡辺多美代	10:30～11:15 太極拳45 福原知香子											12:00								
13:00				11:00～11:45 リラックス ヨーガ 45 中山優	11:25～12:05 エアロ40 渡辺多美代	11:30～12:15 ピラティス45 宮島公美子											13:00								
14:00				11:40～12:25 キック ボクシング エクササイズ 45 MASA	11:45～12:30 骨盤 エクササイズ 45 青山雅代												14:00								
15:00				12:45～13:30 フロー ヨーガ 45 Nao	12:45～13:30 フロー ヨーガ 45 yukiko												15:00								
16:00				12:45～13:30 フロー ヨーガ 45 Nao	12:45～13:30 フロー ヨーガ 45 yukiko												16:00								
17:00				13:00～13:30 はじめて クロール 杉山知穂	13:00～13:30 はじめて クロール 杉山知穂												17:00								
18:00				13:05～13:35 はじめて スイム 花村育彦	13:05～13:35 はじめて スイム 花村育彦												18:00								
19:00				13:30～14:00 はじめて 青泳ぎ 杉山知穂	13:30～14:00 はじめて 青泳ぎ 杉山知穂												19:00								
20:00				13:35～14:15 のんびり クロール 花村育彦	13:35～14:15 のんびり クロール 花村育彦												20:00								
21:00				13:40～14:25 ベルヴィス コンディショニング 45 アツコ	13:40～14:25 ベルヴィス コンディショニング 45 アツコ												21:00								
22:00				13:45～14:15 エアロ 45 澤田絵美	13:45～14:15 エアロ 45 澤田絵美												22:00								
23:00				13:45～14:25 ベルヴィス コンディショニング 45 アツコ	13:45～14:25 ベルヴィス コンディショニング 45 アツコ												23:00								



新型コロナウイルス等感染予防及び拡散防止の為、隣人との間隔を2M程度確保する為下記の定員を設けさせていただきます。
Aスタジオ(40名)Bスタジオ(25名)Cスタジオ(15名)
 ※レッスン中及びレッスン間の換気を徹底し、清掃・除菌を行い安心して参加できるように努めて参ります。



○レッスンの参加前・参加後、必ず手洗い・消毒を行ってください。
 ○マスクを着用しての参加は可能となります。
 ○参加者のプログラム中の発声、プログラム中及び終了後のハイタッチは禁止とします。

・スタジオレッスンは全て定員制とさせていただきます。
 ・2Fジムカウンターで整理券配布致します。
 ・整理券取得の整列時間は、レッスン開始35分前とさせていただきます。
 ・整理券配布時間は、レッスン開始30分前とさせていただきます。

■■■ 営業時間 ■■■
 平日 10:00～23:00
 土曜日 10:00～21:00
 日・祝 10:00～20:00
 ■■■ 休館日 ■■■
 毎週火曜日、夏季、年末年始
 ■TEL■ 054-655-8333

【整理券のお願い】
 ・お待ちいただく際は、静かに並んでください。
 ・お一人様一枚になります。

※状況によってスケジュール変更させて頂く事もございます。ご理解とご協力の程宜しくお願い致します。

この色枠で表示されたレッスンは、初めての方でも安心してご参加頂けるクラスです