

Main weekly program table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (9:00 to 21:00). Activities include swimming, aerobics, yoga, and dance. Includes instructor names and class details.

休館日

営業時間 (Business Hours) box containing: 月~金 10:00~22:00, 土 10:00~21:00, 日・祝 10:00~18:00. Also includes 休館日 火曜日.

Table with 4 columns: Activity Name, 1 Course, 2 Courses, 3 Courses. Rows include: アクアピクス, ウォーキング, マスターズサークル, マスターズ・フィン, 卓球サークル練習.

- 参加人数によっては次回スケジュール編成時に担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます。
●マッスルビート・エアロボード・ボールエクササイズ・ミニトランポリンなどプログラムはアイテム数に限りがございます。
●要予約のクラスは予約制です。整理券は、朝のプログラム9:45~、昼のプログラム12:15~にアスレにて配布致します。
●定員0名のクラスに参加希望の方は当日スタジオ前の予約表にご記入いただきご予約下さい。
●祝日プログラムは随時館内に掲示致しますので、ご確認下さい。

※有料登録レッスンお申し込み方法...レッスン受講中の会員様は下記日程より受付します。
また、新規の方は受講希望月の1日から受付します。

12月→11月20日~11月25日 1月→12月22日~12月29日 2月→1月24日~1月31日 3月→2月22日~2月28日 4月→3月23日~3月31日

Icons for 担当変更 (Change Instructor), 時間変更 (Change Time), and プログラム変更 (Change Program).