

プログラムスケジュール



ジストスポーツクラブ和歌山

2017年6月

Main program schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22). Includes various activities like Aスタジオ, Bスタジオ, プール, and specific classes like ZUMBA, アロマヨガ, etc.

休館日

※注意※
日・祝日
短縮営業日は通常のプールプログラムはございません。
*日曜日はジュニアスイミングスクールは休講となっております。
なお、祝日短縮営業日のジュニアスイミングスクールはその都度ご案内させていただきます。

Table with 2 columns: エアロピクス・その他有酸素系, ダンス系; ステップ系, 筋力UP・シェイプUP; 格闘技系, アクアエクササイズ; ヘルスUP・ヨガ・調整系, 泳法レッスン

6月の太極剣(月曜日: 有料3回1,080円)
5日・12日・19日

※6月26日の有料レッスンについてのご案内
午後の部 Aスタジオ ⇒ 60分間無料 太極拳
休館日

6日・13日・20日・27日
お知らせ

※1 月曜日の初めてヨガの担当者は馬淵で担当者が変更となります。ご了承下さい。

営業時間

平日・10:00~23:00
土曜・10:00~22:00
日、祝・10:00~20:00

★ 担当者都合によりプログラム内容等変更時は、変更掲示板にてご案内させていただきます。
★ 祝日のプログラムは、その日の18:00終了までのプログラムスケジュールとなります。
★ スタジオへのご入場は、レッスン開始10分前よりできます。それ以前の入場は致しかねます。
★ プログラム開始10分以降の途中入場は、安全のため禁止とさせていただきます。
★ なお、ステップ台を使用するレッスンは、レッスン開始後の途中入場を禁止させていただきます。
★ マット利用レッスンは、Aスタジオ50名、Bスタジオ35名でご案内させていただきます。

★ ステップ・マッスルビート・ストレッチボールは、定員制となっております。
★ 各クラス定員は、裏面プログラム案内に記載しております。
★ プール利用コースは、ジュニアスイミングスクールの時間によって異なります。
★ 10名以上のスイムレッスン参加の場合、2コース使用させていただきます。
★ プログラム内容、時間などの諸事情により一部変更する場合がございます。予めご了承下さい。
★ レッスン直前での入場もレッスンに支障をきたす場合、入場を制限させていただきます。予めご了承下さい。

Table with 2 columns: 参加者, 使用コース. Includes rows for アクアピクスプログラム and 人数別コース with participant counts and course numbers.

※最大定員 100名とさせていただきます