

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10月

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and times (10:00 to 22:00). Includes program names like 'エアロビクス', 'ヨガ', 'ダンス', and 'ZUMBA'.

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。

★ 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。 ★ スタジオプログラムにご参加される場合、開始時刻20分前からお並びいただけます。 ★ 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。

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

10月の太極剣(月曜日: 有料3回1,080円) 2日・16日・23日

※10月9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分無料 太極拳 休館日

3日・10日・17日・24日・31日 お知らせ

※1 月曜日のヨガ入門の担当者は隔週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 ジストスポーツクラブ和歌山 073-454-2080

Table with columns: 参加者, 使用コース, 最大定員. Includes rows for 'アクアピクス プログラム' and '人数別コース'.