

プログラムタイムスケジュール(2021年6月)

※プログラムは諸事情により変更する場合がございます。

	月				火				水				木				金				土				日												
	スタジオ				スタジオ				スタジオ				スタジオ				スタジオ				スタジオ																
	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール	A	B	C/ホット	プール									
9:30																																					
10:00				キッズ 2才児~3才児																																	
10:30	モーニング ストレッチ (アニーター)				モーニング ストレッチ (アニーター)				モーニング ストレッチ (アニーター)				エアロボード 初級 (伊藤泉)	モーニング ストレッチ (アニーター)	時間変更	キッズ 2才児~3才児	モーニング ストレッチ (アニーター)				ベビー 6か月~3才				ジュニアJ 5才~小中学生												
11:00				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)													
11:30	エアロビクス 初級 (佐藤)				ピラティス (石川)				ヨガ (佐野)				エアロビクス 初級 (伊藤泉)				バレトン (石川)				エアロビクス 初級 (石原)				エアロビクス 初級 (小田)												
12:00																																					
12:30																																					
13:00																																					
13:30																																					
14:00																																					
14:30																																					
15:00																																					
15:30																																					
16:00																																					
16:30																																					
17:00																																					
17:30																																					
18:00																																					
18:30																																					
19:00																																					
19:30																																					
20:00																																					
20:30																																					
21:00																																					
21:30																																					
22:00																																					

※プールは営業時間内・終日フリーコースを設けます。
(コース割等はプールスケジュールをご覧ください)

【スタジオプログラムの参加方法等について】

スタジオプログラムにつきましては、以下の通り安全対策を講じた上で実施いたします。ご自身の体調管理に十分ご配慮ください。また、安全管理対策へのご協力をお願い申し上げます。
 ●プログラムに参加される際は、必ずマスクの着用をお願いいたします。(※プログラム中は、マスクから鼻を出して口だけをマスクで覆った状態にしてください。)
 ●定員管理を行い、すべてのプログラムで整理券の配布(要記名)を行います。定員 スタジオA・B:27名 / 整理券配布時間:プログラム開始30分前より / 整理券配布場所:3階アスレカウンターまたはBスタジオ
 ※整理券の配布をお待ちいただいている方が27名になった場合は、上記配布時間前であっても整理券を配布させていただきます。

【安全管理対策について】

①密室にならないよう、室内換気対策を行います。②人数制限により、利用者の間隔を確保します。③音響音量を下げつつ、音量を抑えるようにいたします。

