

プログラムタイムスケジュール(2022年4月)(修正版)

※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/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール	A	B	C/ホト	プール				
9:30																																
10:00				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		モーニング ストレッチ (アニーター)			ベビー 6か月~3才		エアロボード 初級 (伊藤泉)	モーニング ストレッチ			キッズ 2才児~3才児		ベビー 6か月~3才		9:00~10:00 体育 スクール 4才~年長		9:00~10:00 ジュニアJ 5才~小・中学生		10:10~10:30 モーニング ストレッチ (アニーター)	10:00~10:45 ボディ コンディショニング (小田)				
11:00				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)				有料 11:00~12:00 女性 (登録制)		11:15~12:00 ヨガ (佐野)	11:30~12:15 バレトン (石川)			有料 11:00~12:00 女性 (登録制)	11:00~12:00 エアロピクス 初級 (伊藤泉)			11:15~11:45 バレトン (石川)		有料 11:00~12:00 女性 (登録制)		11:00~12:00 エアロピクス 初級 (石原)	10:30~11:30 体育 スクール 年長~小4	10:30~11:30 ホットヨガ (生野)	11:15~12:15 エアロピクス 初級 (小田)							
12:00					11:30~12:15 ピラティス (石川)	11:40~12:25 ヨガ (水谷)									12:05~12:50 スタジオ・時間変更 ピラティス (田邊)			12:05~12:50 ピラティス (石川)										12:00~12:30 アクアピクス (小田)				
13:00				プログラム変更 アンチエイジング トレーニング (藤本)											13:00~13:30 エアロボード 初級 (伊藤泉)			13:00~13:30 アクアピクス (小田)														
14:00				担当変更 13:30~14:15 ヨガ (藤本)										13:30~14:00 プログラム変更 トレーニングタイム (橋山)			13:30~14:00 アクアピクス (小田)															
15:00				14:30~15:15 ヘルシー (登録制)																												
16:00																																
17:00				16:45~17:45 空手教室 5才~小・中学生																												
18:00				17:55~18:55 空手教室 5才~小・中学生																												
19:00																																
20:00																																
21:00																																
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。
 ●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)をいたします。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。

