

TIME	月曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日				TIME						
	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア	Aスタジオ	Bスタジオ	トレーニングサポート	プールエリア							
9:00	姿勢ウォームアップ 9:30～9:50 加藤		無料セミパーソナル		姿勢ウォームアップ 9:30～9:50 加藤		無料セミパーソナル		姿勢ウォームアップ 9:30～9:50 鈴木	チケット		無料セミパーソナル		チケット	太極拳 9:30～10:15	エアロボード初級 9:30～10:15	無料セミパーソナル														
10:00		健康バー 10:00～10:30 服部	マンツーマン トレーニング サポート		トレーニングタイム 10:10～10:40 加藤	チケット			健康バー 10:10～10:40 服部	チケット	コリオエアロ	マンツーマン トレーニング サポート		チケット	安藤	RUMI	マンツーマン トレーニング サポート		みんなで泳ごう 10:00～10:30 宮本	チケット		マンツーマン トレーニング サポート		ジュニア スイミング スクール		姿勢ウォームアップ 10:00～10:20 鈴木	マンツーマン トレーニング サポート		10:00		
11:00	10:50～11:20 服部	エアロピクス入門 11:30～12:15	マンツーマン トレーニング サポート		バディー スイミング 11:00～11:45 クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制あり)	チケット			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	マッスルビート 11:15～11:45 石川	マンツーマン トレーニング サポート		10:45～11:30 服部	10:45～11:30 安藤	マンツーマン トレーニング サポート		バディー スイミング 11:00～11:45	チケット		マンツーマン トレーニング サポート		クラブ会員様もご利用 いただけます (コース制あり)		マンツーマン トレーニング サポート		10:45～11:30 服部	マンツーマン トレーニング サポート		11:00	
12:00		光岡	マンツーマン トレーニング サポート		ピラティス 11:45～12:30 河村	チケット			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	姿勢プラス 12:30～13:00 石川	マンツーマン トレーニング サポート		12:15～12:45 服部	12:15～12:45 服部	マンツーマン トレーニング サポート			ヨガ 11:30～12:15 長谷川	チケット		マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート		12:00～12:45 松岡	マンツーマン トレーニング サポート		12:00
13:00		12:45～13:45 NAOMI	【無料・予約制】		初級クロール 13:15～13:45 小山	チケット			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	エアロピクス初級 12:30～13:00 近藤	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート			ヨガ 13:30～14:15 八神	チケット		マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート		フィンフリータイム 12:30～13:30		13:00	
14:00	チケット	RITMOS 14:15～15:00 宮下			プライベートレッスン 14:00～14:30 小山	有料			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	エアロピクス中級 14:00～14:30 宮本	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート			プライベートレッスン 13:30～14:00 小山	有料		マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート		13:15～14:00 山崎(陽) / 宮下 ※詳細はLINEにて配信		14:00	
15:00		フラダンス 15:30～16:15 北岡			プライベートレッスン 14:40～15:10 小山	チケット			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	エアロピクス中級 14:45～15:30 安藤	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート											マンツーマン トレーニング サポート		14:30～15:30 宮下		15:00
16:00					健康バー 15:45～16:15 服部				ジュニア スイミング スクール			ジュニア スイミング スクール				マンツーマン トレーニング サポート															16:00
17:00									ダンススクール			ダンススクール				マンツーマン トレーニング サポート															17:00
18:00	ダンススクール 18:00～19:00				ダンススクール 18:00～19:00				ダンススクール			ダンススクール				マンツーマン トレーニング サポート															18:00
19:00	チケット	ヨガ 19:30～20:15 RUMI	マンツーマン トレーニング サポート		無料セミパーソナル				マンツーマン トレーニング サポート	チケット	RITMOS 19:00～19:45 宮下	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート															19:00
20:00		ヒップホップ 19:30～20:15 NOBUTO	マンツーマン トレーニング サポート		ZUMBA 19:00～20:00 松岡	チケット			マンツーマン トレーニング サポート	チケット	マンツーマン トレーニング サポート	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート															20:00
21:00			マンツーマン トレーニング サポート						マンツーマン トレーニング サポート	チケット	マンツーマン トレーニング サポート	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート															21:00
22:00			【無料・予約制】						マンツーマン トレーニング サポート	チケット	マンツーマン トレーニング サポート	マンツーマン トレーニング サポート				マンツーマン トレーニング サポート															22:00

【営業時間】月～金 9:00～22:00・土曜日 9:00～21:00・日/祝 9:00～18:00 ※火曜定休日
 【受付時間】月～金 20:00まで・土曜日 19:00まで・日/祝 17:00までとなります。☎052-877-2911

【スタジオプログラムについて】

- 全てのスタジオプログラムに、定員を設けていただいております (Aスタジオ20名・Bスタジオ30名)
- 整理券は開始1時間前より、フロントにて配布いたします (整理券のお渡しはご本人のみさせていただきます)
- 整理券をお持ちの方は、入場時に担当者までお渡しください (入場は10分前からとさせていただきます)
- 換気のため、プログラム中は、出入り口を開放のまま実施させていただきます。
- プログラム参加の際は、マスク着用が原則となります
- スタジオ内では、約2mの間隔 (両手を広げた間隔) を保ってくださいようお願いいたします。
- プログラム中の発声や、ハイタッチなどの接触はご遠慮ください。

【プールプログラムについて】

- アクロピクスの定員は30名となります (整理券の配布はございません)
- プログラム中は、約2mの間隔 (両手を広げた間隔) を保ってくださいようお願いいたします。
- スタジオプログラム同様、発声や接触などはご遠慮ください。

【マンツーマントレーニングサポートについて】

ご入金から3ヶ月未満の方を対象に、ジムでのトレーニングについて、専門スタッフがマンツーマンでご案内いたします。ご予約は、フロントまたはアスレジムにて承ります。

