

Bスタジオ定員数22名となります。
 アクアピクス定員は30名となります。(整理券は必要ありません)

2020年 8月～

※整理券配布は各レッスン開始1時間前に配布となり、
 参加者本人のみの配布となります。

| 時間 | 月 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | | 土 | | | 日 | | |
|-------|-------|-------|-----|-------|-------|-----|-------|-------|-----|-------|-------|-----|-------|-------|-----|-------|-------|-----|
| | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | プール |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

プログラム参加についてのお願い

- 整理券は**ご自身のもののみ**をお取り下さい。(他の方の整理券は確保しないで下さい)
- 整理券を確保後、レッスンに参加されない場合は、整理券はアニメーターへお返し下さい。
- 整理券確保のための途中入場、途中退室はお止め下さい。
- レッスン参加者は、必ずマスクの着用をお願い致します。(マスク着用されない場合はご参加出来ません)
- 安全にトレーニングを行なっていたく為プログラム開始**10分**以降の入室、緊急時以外の途中退室はご遠慮下さい。※姿勢プログラムにつきましてはプログラム開始後の入室はご遠慮下さい。
- タオルやペットボトル等、持ち物を使ってのスペース確保はご遠慮下さい。
- プログラム終了後は、続けて入れられる場合も、必ず全員退出して頂きますようご協力をお願い致します。
- 全員退出された後、スタジオ内の清掃を行いますので、退出願います。
- アニメーターがご案内するまでは、スタジオ内の入室はご遠慮下さい。
- 代行プログラムが発生した場合はメール配信や館内掲示物にてご案内致します。

プールご利用に関してのご案内

- プールエリアに入られる際は必ずシャワーを浴びて、化粧・整髪料等は必ず落としてください。
- スイムキャップは必ずご着用下さい。(ウォーキングのみの場合は必要なし)
- 装飾品(時計・指輪・ネックレス等)の着用はご遠慮下さい。
- タオルをご持参下さい。ロッカールームに入る際は身体を拭いてお戻り下さい。
- ジュニアスイミング・ベビースイミング中はコース制限がございますのでご了承下さい。(ジャグジー:採暖室は終日ご利用いただけます。)
- ジュニアスイミング開始15分前にはフロア一台投入などの準備を行ないます。ご協力お願い申し上げます。

※参加人数によっては、次回のスケジュール編成時に担当変更・プログラム変更・クローズ等させて頂く場合がございます。予めご了承下さい。