

スタジオ・プール タイムテーブル

2018年 5月～6月

	月			火			水			木			金			土			日					
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール			
10:00																								
10:30	ヨガ & ストレッチ 橋詰敬子																							
11:00																								
11:30																								
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																								

☆3階スポーツゾーンからのお知らせ
毎週日曜日営業時間10時～21時までとなります。

プールプログラムにご参加の皆様へ
◆プールをご利用の際にはシャワーを浴び化粧、整髪料を落とし、アクセサリーなど貴金属類は外してからご利用下さい。
◆必ずスイムキャップを着用の上、ご利用下さい。レンタル(有料)もご用意です。ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。

スタジオプログラムにご参加の皆様へ
◆入場時、会員証・利用券をインストラクターにご提示下さい。
◆途中入退場は安全上ご遠慮下さい。
◆祝日・イベント開催時及びインストラクターの都合により、プログラムが変更になる場合がございます。別途館内掲示をご確認下さい。
◆②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺のマークのあるレッスンは、レッスン開始10分前までにスタジオ入り口横にて整理券を配布致します。(土、日、平日に限る)定員になり次第締め切らせていただきます
◆ステップのレッスンは25名定員とさせていただきます。(整理券の配布はございません。)

一枠になっている部分は4月プログラムから変更になっています。