

2022年7月～

スタジオ・プールプログラム ※祝日は特別レッスンとなります。館内掲示をご覧ください。

		9		10		11		12		13		14		15		16・・・18		19		20		21	
月	スタジオ		30	10	30	10	30	10	25	55	10	00	30	00				00	40				
	プール		50	20	30	00																	
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> プライベートレッスン 有料、予約制、担当コーチ、時間につきましては フロントで前日までにご相談ください </div>																					
火	スタジオ			20	00		20	00		20	00	25	05	20	00				15	55			
	プール					30	00	15	45														
水	スタジオ	30	10	30	10	30	15	30	00	20	10	20	00						15	55			
	プール			30	00	15	45	35															
木	スタジオ	20	50	10	50	10	40		00	40	10	50	10	50					00	45			
	プール			00	30	40	10	20	00														
金	スタジオ	20	50	05	50	05	55	10	00	15	55								00	50	00	30	
	プール			30	00	10	50																
土	スタジオ	20	00	20	00	15	05	20	00														
	プール			30	00	10	50																

＜コロナ感染症予防対策プログラムについて＞
 ・各レッスンの参加は15名定員の事前予約となり20分前から受付となります。
 ・体調に不安のある場合は参加をご遠慮ください。
 ・マスクの着用(飛沫感染予防)は必須となります。
 ・コロナウイルス感染状況によりレッスン時間を告知なく変更する場合がございます。予めご了承ください。

※スタジオご利用についてのご案内。
 レッスン終了後は一度御退出下さい。また、スタジオへの入室の際はインストラクターからの案内をお待ちください。
 (荷物、マット等の場所取りはご遠慮下さい。)
 ※プールご利用制限のご案内
 (以下の時間は子どもスイミング開講の為ご利用いただけません)
 月～金 17:00～19:00 土 13:00～18:00

😊 は、初めての方でも参加しやすいクラスです。
 *色がついているレッスンは抽選対象レッスンとなります。