

# 2020年10月1日～ スタジオ特別プログラム スケジュール



月曜	火曜		水曜		木曜		金曜		土曜		日曜	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
休館日	15:00~15:30											
	15:30~16:00											
	16:00~16:30											
	16:30~17:00											
	17:00~17:30											
	17:30~18:00											
	18:00~18:30											
	18:30~19:00											
	19:00~19:30											
	19:30~20:00											
	20:00~20:30											
	20:30~21:00											
	21:00~21:30											
	21:30~22:00											
	22:00~22:30											
	22:30~23:00											
	23:00~23:30											
	23:30~24:00											
	24:00~24:30											
	24:30~25:00											
	25:00~25:30											
	25:30~26:00											
	26:00~26:30											
	26:30~27:00											
27:00~27:30												
27:30~28:00												
28:00~28:30												
28:30~29:00												
29:00~29:30												
29:30~30:00												
30:00~30:30												
30:30~31:00												
31:00~31:30												
31:30~32:00												
32:00~32:30												
32:30~33:00												
33:00~33:30												
33:30~34:00												
34:00~34:30												
34:30~35:00												
35:00~35:30												
35:30~36:00												
36:00~36:30												
36:30~37:00												
37:00~37:30												
37:30~38:00												
38:00~38:30												
38:30~39:00												
39:00~39:30												
39:30~40:00												
40:00~40:30												
40:30~41:00												
41:00~41:30												
41:30~42:00												
42:00~42:30												
42:30~43:00												
43:00~43:30												
43:30~44:00												
44:00~44:30												
44:30~45:00												
45:00~45:30												
45:30~46:00												
46:00~46:30												
46:30~47:00												
47:00~47:30												
47:30~48:00												
48:00~48:30												
48:30~49:00												
49:00~49:30												
49:30~50:00												
50:00~50:30												
50:30~51:00												
51:00~51:30												
51:30~52:00												
52:00~52:30												
52:30~53:00												
53:00~53:30												
53:30~54:00												
54:00~54:30												
54:30~55:00												
55:00~55:30												
55:30~56:00												
56:00~56:30												
56:30~57:00												
57:00~57:30												
57:30~58:00												
58:00~58:30												
58:30~59:00												
59:00~59:30												
59:30~60:00												

特別スケジュール期間  
 Aスタジオ定員：24名  
 Bスタジオ定員：12名

特別営業時間		スタジオカテゴリー	
火曜日～金曜日	10:00～22:30	LES MILLS	・世界100ヶ国以上共通プログラム
土曜日	10:00～20:00	エアロビクス	・有酸素運動でシェイプアップ
日曜日・祝日	10:00～19:00	ダンス	・楽しくストレス発散。スキル向上
休館日：月曜日・お盆・年末年始・施設点検日		調整系	・体の調子を整えてリフレッシュ

すべてのクラスで整理券が必要です。  
 整理券配布の整列開始はクラス開始50分前から可能です。  
 配布はクラス開始30分前から4階マシニングカウンターとなります。  
 ※混雑状況によっては、配布時間を調整する場合がございます。  
 ※詳しくは、館内のご案内をご確認ください。