

【スタジオ定員人数】スタジオA：30名、スタジオB：20名
 スタジオWEB予約サービス開始 ★ご参加にはWEB予約 or 整理券が必要です
 ★ライブレッスンでは整理券も配布します（レッスン開始35分前配布）★バーチャルレッスンでは整理券の配布はございません

特別タイムスケジュール

7月～8月22日

月	火								水								木								金								土								日							
	プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ		プール		スタジオ													
	A	B	1	2	3	4	5	1	2	A	B	1	2	3	4	5	1	2	A	B	1	2	3	4	5	1	2	A	B	1	2	A	B															
10:00																																																
10:30																																																
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																																																

休館日

まん延防止等重点措置により、営業時間を短縮させていただきます。
 ・平日 10:00～20:00（運動施設最終利用時間 20:00）
 ・土曜日 10:00～20:00（運動施設最終利用時間 20:00）
 ・日曜祝日 10:00～19:00（運動施設最終利用時間 18:30/変更なし）

スタジオ定員人数
 スタジオA: 30名 (WEB予約最大27名)
 スタジオB: 20名 (WEB予約最大17名)
 整理券のお渡しは、レッスン開始の35分前から3階マシンジムカウンターにて行います。

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、お客様ご自身の予防のため、ご理解・ご協力をお願いいたします。

- ・マスクの着用を必ずお願いいたします。
- ・レッスンの最大時間は45分とします。
- ・レッスン間は20分以上間隔を空け、十分な換気と消毒を行います。
- ・お客様同士の間隔を十分に確保するため、特別定員人数を設けます。
- ・全てのクラスで整理券をお渡します。
- ・スタジオ内では両手を広げても周囲の方にぶつからない程度の間隔を空けましょう。
- ・掛け声、盛り上げ、ハイタッチなどは禁止とします。
- ・空調・換気は「強」で運転いたします。
- ・ご自身で調整できるように上着をお持ちください。
- ・有酸素運動は強度を下げて実施いたします。