

スポーツアカデミー ブランチ札幌月寒 短縮営業 スタジオ・プール特別タイムテーブル 2020年8月1日～

時間	月			火	水			木			金			土			日			時間		
	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			
10:00	定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		定員35名	定員12名		10:00
10:15			10:40まで 幼稚園																			10:15
10:30						10:15～10:50 ベビー スイミング																10:30
10:45	10:45～11:15 エアロ初級 齋藤 美月	★追加プログラム★ 11:00～11:45 フラダンス Mayumi		10:45～11:30 ヨガ Yukari	★追加プログラム★ 11:15～11:45 ファンクショナル トレーニング 志田 圭佑	11:00～11:45 初めてアクア 定員 48名 小島 留美子		10:45～11:30 ヨガ Ayumi	★追加プログラム★ 11:45～12:15 エアロ中級 Mia				10:45～11:15 エアロ初級 佐伯 ともえ	★追加プログラム★ 11:00～11:30 陸モビ 工藤 青空	運動強度【低】 11:00～11:45 水中ストレッチ 定員 48名 小島 留美子							10:45
11:00			11:00～11:30 中級スイム《4泳法》 定員 30名 本田 真紀子																			11:00
11:15			★追加プログラム★ 11:50～12:20 初級スイム 《クロール・背泳ぎ》 定員 30名 市川 貴裕			★追加プログラム★ 12:10～12:40 中級スイム《4泳法》 定員 30名 小松 秀樹																11:15
11:30			★追加プログラム★ 12:30～13:15 健美操 玉山 尚子		★追加プログラム★ 12:45～13:30 ストレッチ(ボール) 志田 圭佑	13:00～13:30 中級スイム《4泳法》 定員 30名 小林 航太																11:30
11:45			13:00～13:45 アクアピクス 定員 48名 市川 由紀子																			11:45
12:00	12:00～12:45 LES MILLS ボディバランス45 ストレッチ 瀬川 渚			12:00～12:30 ZUMBA GOLD 石崎 昌子				12:00～12:30 ボディコンバット30 山口 智成														12:00
12:15																						12:15
12:30																						12:30
12:45																						12:45
13:00																						13:00
13:15																						13:15
13:30	13:30～14:00 LES MILLS ボディジャム30 山口 智成																					13:30
13:45																						13:45
14:00																						14:00
14:15																						14:15
14:30																						14:30
14:45			14:45～15:40 幼児コース			14:45～15:40 幼児コース																14:45
15:00																						15:00
15:15																						15:15
15:30																						15:30
15:45																						15:45
16:00			15:40～19:30			15:40～19:30																16:00
16:15																						16:15
16:30																						16:30
16:45																						16:45
17:00																						17:00
17:15																						17:15
17:30																						17:30
17:45																						17:45
18:00																						18:00
18:15																						18:15
18:30																						18:30
18:45																						18:45
19:00																						19:00
19:15																						19:15
19:30																						19:30
19:45																						19:45
20:00																						20:00
20:15																						20:15
20:30																						20:30
20:45																						20:45
21:00																						21:00
21:15																						21:15
21:30																						21:30
21:45																						21:45
22:00																						22:00
22:15																						22:15
22:30																						22:30
22:45																						22:45
23:00																						23:00

休館日

土日、運動ゾーンのご利用時間17:30までです。

★「抽選制度」導入について★

☆プールレッスン参加までの流れ☆	☆スタジオレッスン参加までの流れ☆
①レッスン参加ご希望の方はレッスン開始時間30分前よりプールサイドに記載する場所を設置致しますので、名簿にて氏名をご記入ください。 ②レッスン開始15分前にスタジオ内にご入場ください。 ③レッスン開始10分前に、レッスン参加受付を締め切ります。 ■定員を超えた場合→プールサイドにて抽選致します。 ■定員に満たない場合→引き続き、参加の受付を致します。	①レッスン参加ご希望の方はレッスン開始時間30分前より2階マシンジムカウンターに設置しております、名簿に氏名をご記入ください。 ②レッスン開始15分前にスタジオ内にご入場ください。 ③レッスン開始10分前に、レッスン参加受付を締め切ります。 ■定員を超えた場合→スタジオ内にて抽選致します。 ■定員に満たない場合→引き続き、参加の受付を致します。

★営業時間★		★スタジオご参加について★	
月水～金	10:00～22:00	・体調不良以外でのレッスン途中の入退場はご遠慮ください。 ・ご自身以外の方の場所取りはご遠慮ください。 ・スタジオ定員は、Aスタジオ35名、Bスタジオ12名です。 ・お子様スクールのクラスがございます。 ・都合によりクラスの内容・担当者が変更となる場合がございます。 ・祝日は、特別スケジュールとなります。	
土日祝日	10:00～18:00		

休館日	毎週火曜日、年末年始お盆、その他	特別プログラム変更ポイント ・プログラム・レッスン時間の変更 ・スタジオの定員数の変更 ・ホットプログラムを実施いたしません。 ・プールプログラム定員設定	
施設利用時間	営業終了時間の30分前まで		

平日、運動ゾーン（マシンジム、プール）のご利用時間は21:30までです。
※スタジオ定員はAスタジオ35名、Bスタジオ12名となります。
※毎週火曜日は休館日となっております。