

2022年9月プログラムタイムテーブル《9/11-》

[illegible]

施設利用時のお願い

施設利用時は、必ずマスクを着用して、
来館いただき利用いただきます。(プール・浴室除く)

※着用されていない場合は、入館をお断りさせていただきます

館内での会話はお控えください。
ロッカー、浴室、プールでは禁止とさせていただきます。

・新型コロナウイルス感染可能性の症状・環境がある方は、来場をお断りいたします
ご来館時、備え付けの消毒液にて手指の消毒を行っていただくとともに、

© 2006 The Authors
Journal compilation © 2006 Blackwell Publishing Ltd

スタジオ利用時のお願い

- ・入場開始時間は、レッスン開始10分前、または清掃換気終了次第といたします。
- ・入場前は、スタジオ出入口付近に密集しないようご協力をお願いいたします。

・マスクも着用して、声も抑えていますね

・入場後は、スタジオ内で隣の方と十分な間隔をお取りください。

・プログラム中の掛け声は禁止といたします。

・参加中に体調が優れない場合は、必ずスタッフへお声がけいただき、途中退出してください。

- ・使用器具の消毒にご協力ください。
- ・換気、消毒を行うため、プログラムの間隔を15分以上空けていただきます。
- ・プログラムは、レッスン時間を45分以内とさせていただきます。

ホットスタジオプログラムについて

- ・原則、左記【スタジオ利用時のお願い】の通りとなります。
- ・ご参加される際は、マイページWeb予約サービスよりご予約が必要となります。

※24時間可能 ※場所指定不可 ※電話・窓口の場合、お時間をいただきます。
※2週間集まる予約可能 ※レッスン終了後に次回予約可能 ※予約上限111才まで

※当日予約は、レッスン開始1時間前まで ※体調面を考慮し、1日1本までとします


※当日予約枠に空きがある場合、フロントにて1時間前よりご予約が可能となります。

・参加時の持ち物は、必ずマットに敷く大きめのタオル・汗を拭くハンドタオルを1枚ずつと、500ml以上のお飲み物をお持ちください。

・参加前後のロッカールームからスタジオまでの移動は、必ず履物を履いて移動ください。

・入場の際は、予約者であるか確認をさせていただきます。

マイバースWeb予約カード



映像レッスンについて

- ・定員:25名
- ・途中入退場は可能ですが、安全面を考慮し曲と曲の間にご退場ください。

・プログラムの内容は、終了時間が前後する場合があります。

・水分補給は各自のタイミングで行ってください。

・有料レッスン等のイベント開催時は、イベント前後も含め休講することがございます。

定員人数について

・整理券マークがついているレッスンは、フロントにてレッスン開始90分前より配布いたします。

・各スタジオ定員人数は、下記の通りとなります。

Aスタジア 43名 / Bスタジア 25名 / HUIスタジア 20名

【練習レッスン→ステップクラス・ボールエクササイズ・UBOUND®・TOPRIDE®・RADICAL POWER®・ハンモック】



タイムテーブルの見方

整理券	整理券をレッスン開始90分前に フロントにて配布します。
	「ネット・スタジオ」のロゴマーク

Web予約が必要なプログラム

☐ 『VIRTUAL』と記載しているプログラム

[illegible]

	本種は、前月より変更したプログラム
	ストレッチエリア

--	--