

2023年 4月

プログラムタイムテーブル

グンゼスポーツ アイビスクエア

Main program schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (9:00 to 22:00). Includes program names, instructors, and facility locations.

- プログラム受講時のお願い
① 入退場時の手指消毒をお願いします
② マスクの着用をお願いします
③ プログラム中の掛け声等は禁止いたします
④ 体調に合わせ運動強度を調整しましょう
⑤ 使用器具の消毒にご協力ください。

【各クラスの定員】
【スタジオ】Aスタジオ Bスタジオ
下記以外 54名 36名
ステップ 45名 30名
トランポリン 45名 30名
ストレッチボール 40名 30名
ボール 30名 30名
チューブ 40名 36名
バイク 15名
【プール】 50名
整理券は対象レッスンのみとなります。

《 営業時間 》
月～金曜日・・・9:00～22:30
土 曜 日・・・9:00～21:00
日曜・祝日・・・9:00～19:00

《 休館日のご案内 》
毎月 10日 20日 月末
となっております。

はじめての方でも楽しめるプログラム
慣れてきた方のステップアッププログラム
プログラムを楽しみたい方のチャレンジプログラム
有 料 プ ロ グ ラ ム
クラス内容・担当者を変更したクラス