

# 祝日プログラム

7/22 (木)			7/23 (金)		
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
10:20~11:05 ハタヨガ (前田)				<b>整理券</b>	
<b>整理券</b>	10:45~11:30 はじめてバレエ (小西)		<b>整理券</b>	10:30~11:15 ジャズダンス (栢田)	
11:30~12:15 ZUMBA (国分)		11:45~12:45 大人のスイミング スクール 有料 (河内)	11:00~11:45 リラックス ヨガ (西田)	11:35~12:05 ピラティス シェイプバランス (栢田)	11:00~11:45 スイムレッスン 4泳法 (河内)
	<b>整理券</b>		<b>整理券</b>		12:00~12:45 アクアエアロ (和山)
12:45~13:30 オリジナル ステップ (東山)	12:25~13:10 自彊術 (河合)	13:00~14:00 大人のスイミング スクール 有料 (河内)	12:25~13:00 35min鍛 (井上)		
		14:15~14:45 スイムレッスン 初心者 (遠藤)	<b>整理券</b>	13:15~14:15 ラテンムーブ 有料 (和山)	14:00~14:45 トレーニング スイム (河内)
13:50~14:35 オリジナルムーブ ~ダンスエアロ~ (東山)			13:30~14:15 フィットネス パワーヨガ (木野)		
14:55~15:40 ハワイアン フラ (大坪)			14:45~15:30 腰痛 ストレッチ (大坪)		
		15:15~18:30 Jr.スイミング スクール (3~4J-ス使用)			15:15~18:30 Jr.スイミング スクール (3~4J-ス使用)
	16:00~19:20 ジュニア チアスクール		祝日の為、18時までの営業とさせていただきます。 当日は混雑が予想される為、徒歩・自転車・ 公共交通機関でのご来館にご協力お願い致します。 <b>※祝日プログラムはHPでもご確認頂けます</b>		

**【注意事項】**

- ・水色プログラム 定員 Aスタジオ...50名 Bスタジオ...28名  
水色以外 定員 Aスタジオ...36名 Bスタジオ...20名
- ・水色（調整系）プログラムは赤シールその他はグレーシールの箇所でご参加ください
- ・定員整列はプログラム開始**15分前**より、スタジオ前の数字がついている枠内にてお並びください。
- ・レッスン中の声出しはご遠慮ください。
- ・マスクを着用し、ご参加ください。
- ・プログラム後、使用した器具の消毒にご協力お願いします。
- ・体調不良の場合は、速やかに途中退場をお願いします。

**【整理券について】**

- 定員人数を超えるプログラムのみ、参加者を抽選にて決定させていただきます。
- 配布時間：プログラム開始20分前に整理券配布  
※スタジオ前の立て看板より整理券を取り待機
- 抽選時間：プログラム開始15分前にスタジオ前にて抽選発表  
※15分前に定員に達していない場合は抽選は行わず、その後定員になり次第締切
- 入場方法：整理券番号順に入場
- 回収方法：プログラム終了後回収