

2026年 7月

A・LIVE スタジオ / プール プログラム スケジュール

GUNZE SPORTS 【京都八幡店】

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (10:00 to 21:00). It lists various activities like ZUMBA, Street Dance, and swimming lessons, along with instructor names and facility usage.

◆Aスタジオ・プールプログラム参加について◆

Aスタジオ・プールプログラム参加にはプログラムオプション(月額¥2,200)登録が必要。
《予約方法》
①マイページにてプログラム予約
②参加当日に2階エリアにある発券機にて参加チケットを発券
③プログラム入場時にチケットを担当者に提出
※入場は10分前から開始で、予約順になります。
番号呼び出し時点で不在の場合は次番号を呼び出します。
LIVEスタジオプログラムはオプション登録なしでご参加頂けます。

◆プログラム定員◆

ヨガ・エアロ・ダンス…45名
UBOUND…32名・POWER…32名
TOPRIDE…20名
X55・ステップ…35名
プール…25名
ジムプログラム…10名

前月から変更
シェイプアップ・脂肪燃焼
ボディメイク・筋力UP
ダンスや振付を楽しむ
身体の調整・柔軟性UP
動きを鍛える
プールプログラム