

2024年3月

スポーツアカデミーソシア タイムスケジュール

Main schedule table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土, 日) and rows for time slots (9:30, 10:00, 10:15, 11:00, 11:15, 12:00, 12:15, 13:00, 13:15, 14:00, 14:15, 15:00, 15:15, 16:00, 16:15, 17:00, 17:15, 18:00, 18:15, 19:00, 19:15, 20:00). Each cell contains class details like '水中運動', '健康体操', 'エアロビクス', etc., including instructor names and facility icons.

スタジオ定員【40名】 ★マークは、担当者や時間が変更になったクラスです。
参加方法 スタジオ内にあるレッスン参加名簿にお名前をご記入ください。

プールレッスン定員【①スイムレッスン 12名(1レーン)24名(2レーン)36名(3レーン)②水中運動52名(4レーン解放時)39名(3レーン解放時)】
参加方法 プールサイドにてレッスン参加表にチェックを入れてください。

●担当の変更等は、フロントまたは館内掲示板をご覧ください。

●😊マークはシニア会員様もご参加頂けるクラスです。

●都合により、担当者が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

●プールレッスンでは安全面を配慮し、参加をお断りする場合がございます。【タイムテーブルは、ホームページにも掲載しています】

プールフリーコースにおける
遊泳について
パドルやフィンのご使用は禁止となっております。
※選手コースは除く
また、プルブイの貸出は
行っておりませんので
予め、ご了承ください。

〈有料レッスンについて〉
当日にて受付させていただきます。ご入金はその際
にお願い致します。フロントにてお申込みください。
定員20名とさせていただきます。(1回330円(税込))

【遊泳不可時間】
月～金 16:00～19:20
土 15:00～16:10
※ジャグジーは上記時間帯も
ご使用頂けません。

《営業時間》
月～金 9:45～20:30
土 10:00～19:00
日・祝日 10:00～17:00
《休館日》
毎月第1日曜日

※変更となる場合がございますので、
詳しくは3ヶ月毎の営業カレンダー
と合わせてご覧ください。