

夏季特別期間 タイムスケジュール

優先入場とは

目的のクラスに優先入場いただける有料(100円)サービスです。
 ・当日、入金のために早く来館することなく優先で入場いただけます。
 ・遠方の方や都合等で当日入金が遅くても優先で入場いただけます。
 ・クラス開始時間までを有効活用できます。



赤枠が優先入場があるプログラムです。

	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)			
営業時間	9:00-17:00	9:00-17:00	9:00-21:00	9:00-21:00	9:00-21:00			
スタジオ	プログラムなし	夏季特別プログラム	夏季特別プログラム	夏季特別プログラム	夏季特別プログラム			
マシンコーナー	○	○	○	○	○			
ランニング	○	○	○	○	○			
一般開放	○(卓球6台)	×	×	×	×			
9:00	一般開放(卓球) 9:00-17:00	別紙参照	別紙参照	別紙参照	別紙参照			
9:15								
9:30								
9:45								
10:00						BODYBALANCE	はつらつバランスボール	
10:15						片山 智子	阿部 幸子	
10:30						はつらつ健康体操	10:00-10:45	10:00-10:45
10:45						阿部 幸子		
11:00						10:30-11:15	シェイプエアロ	BODYPUMP
11:15							宮崎 寛美	小林 和彦
11:30						BODYPUMP	11:00-11:45	11:00-11:45
11:45						田村 未佳		
12:00						11:30-12:15	踏み台&ストレッチ体操	BODYCOMBAT
12:15							宮崎 寛美	小林 和彦
12:30						BODYCOMBAT	12:00-12:45	12:00-12:45
12:45						小林 和彦		
13:00						12:30-13:15		
13:15								
13:30								
13:45								
14:00								
14:15								
14:30								
14:45								
15:00								
15:15								
15:30								
15:45								
16:00								
16:15								
16:30								
16:45								
17:00	祝日営業	祝日営業						
17:15								
17:30								
17:45								
18:00								
18:15								
18:30								
18:45								
19:00								
19:15								
19:30								
19:45								
20:00								
20:15								
20:30								
20:45								
21:00								

優先入場プログラム

BODYPUMP

小林 和彦
19:10-19:55

BODYCOMBAT

小林 和彦
20:05-20:50

BODYPUMP

田村 未佳
19:10-19:55

BODYBALANCE

片山 智子
20:05-20:50

【参加費用】 各500円(税込) 優先 100円(税込)

【支払方法】 当日支払

【入場方法】 優先入場者入場後、一般入場者。

【申込方法】 8月3日(土) 13:00~電話又は体育館受付

秋葉区総合体育館 0250-25-2400