

2021年ゴールデンウィークタイムスケジュール

	4月29日(木)	5月1日(土)	5月2日(日)	5月3日(月)	5月4日(火)	5月5日(水)	
営業時間	9:00~17:00	9:00~21:00	9:00~20:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	
マシンコーナー	○	○	○	○	○	○	
ランニングコース	○	○	○	○	○	○	
個人開放	×	×	○ A・B・C・D	○ A・B・C	○ A・B・C	○ A・B・C	
※開放時間は下記ご確認ください。							
9:00			終日スタジオプログラムはございません			終日スタジオプログラムはございません	
9:15							
9:30							
9:45							
10:00	シェイプエアロ						
10:15	10:00~10:45 宮崎 寛美						
10:30					やさしいヨガ 10:30~11:15 西田 美千代		ボディバランス45 10:30~11:15 片山 智子
10:45							
11:00		ボディジャム45 11:00~11:45 小林 由佳					
11:15							
11:30							
11:45							
12:00	ボディパンプ45 12:00~12:45 田村 未佳				ボディジャム45 12:00~12:45 小林 由佳		ボディパンプ45 12:00~12:45 田村 未佳
12:15							
12:30		やさしいヨガ 12:30~13:15 西田 美千代					
12:45							
13:00							
13:15							
13:30							
13:45	ボディバランス45 13:45~14:30 片山 智子				ボディコンバット45 13:45~14:30 佐藤 亜希		ボディジャム45 13:45~14:30 小林 由佳
14:00		ボディパンプ45 14:00~14:45 佐藤 亜希					
14:15							
14:30							
14:45							
15:00							
15:15							
15:30		ボディコンバット45 15:30~16:15 佐藤 亜希					
15:45							
16:00							
16:15							
16:30							
16:45							
17:00							
17:15							
17:30							
17:45							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							

5/2(日)~5/5(水)

卓球・バドミントン開放時間のお知らせ

A 9:15~11:15

B 11:30~13:30

C 14:00~16:00

D 16:30~18:30(2日のみ)

【開放台数・面数】

卓球12台・バドミントン4面

※1人でのご利用はできません。

※台の追加はありません。

【予約方法】

各日の前日15:00から電話受付をいたします。

※1本のお電話につき、1台(面)のご予約とさせていただきます。

5月2日(日)～5日(水) 卓球・バドミントン開放時間変更のお知らせ

5月2日(日)～5日(水)の個人開放は、時間・台数を
変更して開放します。ご注意ください。

【開放時間】

A. 9:15～11:15

B. 11:30～13:30

C. 14:00～16:00

D. 16:30～18:30(2日のみ)

【開放台数・面数】

卓球12台・バドミントン4面

※1人でのご利用はできません。

※台の追加はありません。

【予約方法】

各日の前日15:00から電話で受付をします。

※1本のお電話につき、1台(面)のご予約とさせていただきます。

秋葉区総合体育館