

7月6日(土)~7月10日(水) アイレックススポーツクラブGRANDEレッスンタイムスケジュール

	7月6日 土曜日		7月7日 日曜日			7月8日 月曜日			7月9日 火曜日			7月10日 水曜日		
	スタジオα	プールエリア	スタジオα	サイクルスタジオ	プールエリア	スタジオα	サイクルスタジオ	プールエリア	スタジオα	サイクルスタジオ	プールエリア	スタジオα	サイクルスタジオ	プールエリア
10:00														
10:30-11:15	GROUP CENTERGY akko					10:20-11:05 リフレッシュヨガ 鈴木都子			10:20-11:05 MEGADANZ 曾我あずみ		10:20-10:50 スイムパーソナル 使用 岡田祐希	10:30-11:15 ダンスエアロ aiko		10:20-10:50 アクア ウォーキング 宇野みゆき
11:00		11:00-11:30 ウォーター シェイプ 北河奈穂美	11:00-11:45 GROUP CENTERGY SALA		10:45-11:30 ウォーター シェイプ 野口多佳子			11:00-11:30 はじめてクロール 大山美沙紀			11:00-11:30 はじめてスイム 岡田祐希			11:00-11:45 ウォーター シェイプ 古川美千子
11:40-12:10	UBOUND KEN					11:25-12:10 かんたんエアロ 平松加代子			11:35-12:20 かんたんエアロ 渡多野恵美子		11:35-12:20 MEGADANZ aiko			
12:00			12:05-12:50 かんたんエアロ 野口多佳子								12:00-12:45 ウォーター シェイプ 北河奈穂美			12:00-12:30 はじめて平泳ぎ 古川美千子
12:30-13:15	Fun!Fun!エアロ 林恵美					12:30-13:15 ZUMBA MANAMI			12:30-13:00 フィンスイム 大山美沙紀		12:15-12:45 THE TRIP スタッフ			
13:00			13:00-13:30 THE TRIP スタッフ						13:15-14:00 スキルアップ 大山美沙紀	13:15-13:45 UBOUND KANAYAN		13:00-13:45 スキルアップ 古川美千子		12:40-13:25 スキルアップ 古川美千子
13:40-14:10	ZUMBA 林恵美				13:40-14:10 はじめてスイム 山田 ニキ				13:15-14:00 スキルアップ 大山美沙紀		13:00-13:45 スキルアップ 古川美千子			12:40-13:25 スキルアップ 古川美千子
14:00			14:15-14:45 はじめてスイム 大山美沙紀			14:10-14:55 Fun!Fun!エアロ 前田穂季			14:10-14:55 ZUMBA 青木清心		14:00-14:30 THE TRIP スタッフ		13:55-14:25 スイム トレーニング500 古川美千子	14:00-14:30 THE TRIP バーチャル
14:45-15:30	POWER Nick	14:55-15:40 マスターズ 大山美沙紀												
15:00						15:00-15:30 THE TRIP バーチャル								
15:50-16:20	FIGHT DO SHUNYA	15:50-16:20 スイムパーソナル 使用 大山美沙紀				15:15-16:00 グループ CENTERGY EMI								
16:00			15:20-16:05 リフレッシュヨガ 奥野玲子											15:30-16:15 ナチュラルヨガ 鈴木都子
17:00														
18:00														
19:00	19:15-20:00 BODYATTACK SHUNYA					19:00-19:45 BODYATTACK 本山達也	19:00-19:30 THE TRIP スタッフ		19:00-19:45 ZUMBA 林恵美	19:00-19:30 THE TRIP スタッフ		19:00-19:45 MEGADANZ SALA		18:30-19:00 THE TRIP スタッフ
20:00														
20:15-21:00	GROUP CENTERGY akko								20:10-20:55 FIGHTDO TATSU		20:15-20:45 SUPヨガ SALA	20:10-20:40 BODYATTACK Rugger		20:00-20:30 スキルアップ 井伊谷電一
21:00										21:00-21:30 THE TRIP バーチャル				20:35-21:20 スイム トレーニング 井伊谷電一
21:15-21:45														
21:20-22:05	UBOUND KANAYAN								21:15-22:00 MEGADANZ KANA			21:05-21:50 POWER マツハ		
22:00														
23:00														

特別休館日
休止エリアのご案内

【工事による完全休館日】
7月9日(水)~7月5日(金)
7月11日(木)~7月12日(金)

【スタジオα休止】
有酸素マシンエリア一部休止
7月6日(土)~7月10日(水)

【マシンエリア一部休止】
7月13日(土)~7月15日(月)

【スタジオα休止】
7月13日(土)~7月16日(火)

大変ご不便をおかけしますが
ご理解ご協力の程
よろしくお願い申し上げます

スタッフ在館時間10:00~23:00

【スタッフ在館時間のご案内】
平日/10:00~23:00
土曜日/10:00~21:00
日曜・祝日/10:00~20:00

<プログラム参加について>
・スタジオおよびプールのプログラム参加は事前予約制となります。会員マイページもしくは館内の専用端末からご予約ください。会員マイページの登録方法については、お気軽にスタッフまでお尋ねください。

【スタジオ定員数】
スタジオα/50名
※器具を使用するレッスン(UBOUND、POWER)
スタジオα/40名
【アクア定員数】40名
【スイム定員数】24名
【SUP定員数】7名

※スイム11名以上の場合は2コース使用する場合がございます※はじめてスイム、フィンスイムの定員は20名です。

スタッフ在館時間10:00~23:00

