

ご利用案内

*新型コロナウイルス感染予防対策の為、下記の通り利用制限等をさせていただきますので、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。
記

営業時間	9：30～22：00（フィットネスルーム21：30まで）日・祝日は17：00まで（フィットネスルーム16：30まで）*毎週木曜休館日						
施設内制限	<ul style="list-style-type: none"> ・来館前に必ず体温測定及び体調確認をお願いいたします（37.0℃以上の方や風邪症状の方は入館をご遠慮いただいております） ・入館される人数を30名迄→50名迄に制限させていただきます（7月1日より50名迄に変更いたします） （30名に達している場合はお車等でお待ちいただき、入館可能になりましたらお電話等でご案内いたします） ・感染防止により「静脈認証」を一時停止しておりますので、来館及び退館等は会員カードのみのチェックとなります ・運動時間は2時間を目安にご利用いただきますようお願いいたします ・フロントでのお支払いはキャッシュレスを推奨しておりますのでご協力おねがいたします（電子マネー・クレジットカード等） ・ご来館時、退館時や運動中以外につきましては感染防止のため、原則マスクの着用をお願いいたします 						
エリア	フィットネス ルーム	スタジオ	パーソナル	マッサージ	ヌビア	温泉	ハイアルチ
ご利用 可能エリア	○	○	○	○	○	○	×
感染対策 留意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・運動機器の間隔を空けてご利用下さい。 ・ウォーターサーバーは感染予防のためご利用できません。 	<ul style="list-style-type: none"> ・当面の間完全予約制で15名迄と人数を制限させていただきます。 ・スタジオ開始1時間前より予約受付開始となります。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジュニアパーソナルご利用の際、保護者の方はお車でお待ち頂きますようお願いいたします。 	<ul style="list-style-type: none"> ・施術中マッサージ師はフェイスシールドを着用させて頂くこともございます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・同時ご利用は10名迄とさせていただきます。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロッカーの間隔を空けてご利用下さい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・当面の間ご利用を停止させていただきます。
	営業時間内は換気の為、常時窓を開けさせていただきます。						—
	感染防止対策の為、大きな声での会話はご遠慮いただけます。 （施設内のBGMについては音量を下げておりますので、ご協力をお願いいたします）						—

*プレミアム会員様及びハイアルチ会員様におかれましてはハイアルチのご利用ができません。

大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

*ご利用制限につきましては、感染状況等を踏まえ随時変更となります。その際はホームページまたは施設内掲示版等にてご案内いたします。



2020年 9月 スタジオレッスンスケジュール 【定員15名】

	月	火	水	木	金	土	日	
	メイン	メイン	メイン		メイン	メイン	メイン	
10:00	10:00~10:30	10:00~10:30	10:00~10:30	休館日	10:00~10:30			
	ストレッチ	ボクシングエアロ	ストレッチポール			かんたんステップ		
11:00	11:00~11:30		11:00~11:30				11:00~11:45	11:00~11:45
	筋トレ	美ボディヨガ 山内志穂	体幹トレーニング			エアリアルヨガ ストレッチ	サーキットトレーニング	格闘技エアロ
12:00		11:00~12:00				11:00~12:00		
13:00								
14:00	14:00~14:45	14:00~14:30	14:00~14:45		9月 ジャズダンス	14:00~15:00	14:00~14:45	14:00~14:45
	ピラティス 野崎真貴	格闘技エアロ	エアロビクス			お楽しみレッスン 阿部舞	ステップエクササイズ	ストレッチ&ストレッチポール
15:00		ストレッチ&ストレッチポール	ストレッチ					
	ダンスエアロ						エアリアルヨガ ストレッチ	
16:00	15:00~15:45	14:45~15:30	15:00~15:30					
17:00							15:15~16:15	
18:00			18:30~19:15					-レッスン参加の皆様へ-
	19:00~19:30		バレトン 田中俊也			19:00~20:00	19:00~19:45	・各スタジオ完全予約制(定員を15名迄)と致します。
	サーキットトレーニング	19:30~20:15				ヴァンヤサフローヨガ 山内志穂	ダンスエアロ	・レッスンの1時間前にフロントにて予約を開始致します。
20:00		エアロビクス 大内万里子	19:45~20:30		9月 ステップ			・ご本人以外の予約、電話でのご予約はご遠慮願います。
	リフレッシュヨガ AI		バレトン 田中俊也			お楽しみレッスン 阿部舞	ストレッチポール	・予約をキャンセルする場合は必ずフロントにお申し出ください。
21:00	20:00~21:00	エアリアルヨガ ストレッチ				20:15~21:00	20:00~20:30	
22:00		20:30~21:15						