

会員様ご利用案内

*新型コロナウイルス感染症感染予防の為ご利用は下記の通りとさせていただきます。

変更日	・令和2年10月1日～（新型コロナウイルス感染の状況により変更になることもございます）									
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） ・クラスター発生地域に行かれた方若しくは行かれた方と接触された方は2週間ご利用を控えてください。 ・入館制限50名迄（50名に達している場合は車でお待ちください。順番にお電話にてお呼び致します） ・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。 ・感染防止対策により「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 ・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。 									
ご利用 エリア	フィットネスルーム	スタジオ	サブスタジオ	パーソナル	マッサージ	ヌビア	温泉	ハイアルチ		
	○	○	○	△	○	○	○	○		
感染対策 留意事項	・運動機器の間隔を空けております。 ・ウォーターサーバーは感染症対策の為ご利用できません。		・ファンクショナルにつきましては当面の間8名までと制限させていただきます。		・以前パーソナルトレーニングを受けた会員様のみ自主トレーニングでご利用いただけます。		・施術中マッサージ師はマスクを着用させていただきます。		・同時ご利用は10名までとさせていただきます。	
	・当面の間15名迄と制限させていただきます。 ・完全予約制です。スタジオ開始1時間前にフロントにて予約受付します。						・ロッカーの間隔を空けてご利用ください。		・各セッション毎にお1名様ずつご利用頂きます。 *ご家族方は一緒にご利用いただけません。	
	・施設内は常時換気となっております。また、1時間に一度空気の入替をさせていただきます。								利用都度換気	
	<ul style="list-style-type: none"> ・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ようお願いいたします。（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） ・施設内で会話する際はマスク着用の上お願いします。 ・スタジオ予約の際は密集しないよう間隔をあけてください。 								-	

*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。



2021年 2月 スタジオレッスンスケジュール 【定員 メイン15名 サブ8名】

	月		火		水		木	金		土		日		
	メイン	サブ	メイン	サブ	メイン	サブ		メイン	サブ	メイン	サブ	メイン	サブ	
10:00	10:00~10:30 サーキットトレーニング		10:00~10:30 ボクシングエアロ		10:00~10:30 かんたんステップ		休館日	10:00~10:30 ストレッチポール					10:00	
11:00	11:00~11:45 ピラティス 野崎真貴		11:00~12:00 美ボディヨガ 山内志穂		11:00~12:00 エアリアルヨガ ストレッチ			11:00~11:30 かんたんエアロ	11:00~11:45 サーキットトレーニング	11:30~12:15 格闘技エアロ			10:30~11:00 BEAT BOX workout 上級	11:00
12:00														12:00
13:00														13:00
14:00	14:00~14:45 ダンスエアロ		14:00~14:30 体幹トレーニング		14:00~14:45 ZUMBA			ジャズ	14:00~15:00 お楽しみレッスン 阿部舞 *5日休講	14:00~14:45 ステップエクササイズ	14:00~14:45 ストレッチ&ストレッチポール			14:00
15:00	15:00~15:30 ストレッチ		14:45~15:30 ストレッチ&ストレッチポール		15:00~15:30 ストレッチ									15:00
16:00											15:15~16:15 エアリアルヨガ ストレッチ			16:00
17:00														17:00
18:00					18:30~19:15 バレトン 田中俊也									18:00
19:00	18:45~19:30 ZUMBA		19:30~20:15 エアロビクス 大内万里子		19:45~20:30 バレトン 田中俊也				19:00~20:00 ヴィンヤサフロ-ヨガ 山内志穂 *19日休講	19:00~19:45 ダンスエアロ				19:00
20:00								ジャズ						20:00
21:00	20:00~21:00 リフレッシュヨガ AI		20:30~21:00 ストレッチポール						20:15~21:00 お楽しみレッスン 阿部舞	20:00~20:30 ストレッチポール				21:00
22:00														22:00

9日、16日 20:30~21:15 (45分間)
"ストレッチポール" ⇒ "エアリアルヨガストレッチ" に変更いたします。

-レッスン参加の皆様へ-

- ・各スタジオ完全予約制 (メイン15名・サブ8名迄) と致します。
- ・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。
- ・ご本人以外の予約、電話でのご予約はご遠慮願います。
- ・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。

◎メインスタジオは各レッスン開始30分前までストレッチのエリアとしてご利用いただけます。(マット及びストレッチポールのみ使用可)
◎サブスタジオはBEAT BOX workout開始30分前~終了後30分は準備のためご利用いただけません。