

フィットネススタジオプログラムの時間変更について

緊急事態宣言に伴う営業時間短縮の為、下記の内容へと変更させていただきます。

【変更前(2020年6月1日～)】

	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
17時	16:45～18:15 ★カルチャー教室 キッズ空手 (5歳から小学生)			16:10～17:40 ★カルチャー教室 大人のフラダンス(初級・中級) ※楽器も行います	17:10～18:10 ★カルチャー教室 こども絵画造形	バレエ	チア&パトン
18時							17:20～18:20 ★カルチャー教室 クラシック・バレエ (初めてクラス)
		18:20～19:05 バレトン 45分 宮路		18:20～19:00 骨盤調整EX 40分 江本	18:20～19:05 姿勢改善ピラティス 45分 ka-na		
19時	19:00～19:45 慣れたらエアロ 45分 趙	19:15～20:00 リラックスヨガ 45分 RIEKO	19:10～19:55 ZUMBA 45分 NAOKO	19:10～19:55 リフレッシュ リンパヨガ 45分 石川	19:15～20:00 リラックスヨガ 45分 RIEKO	18:55～19:50 ④SSC ストレッチ	19:00 CLOSE
20時	20:15～21:10 ③SSC ストレッチ	20:15～21:10 ③SSC ストレッチ	20:15～21:10 ③SSC ストレッチ	20:15～21:10 ③SSC ストレッチ	20:15～21:10 ③SSC ストレッチ	20:30～20:55 ⑤SSCストレッチ	
21時	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	21:00 CLOSE	

【変更後(2021年1月12日(火)～2月7日(日))】

	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
17時	16:45～18:15 ★カルチャー教室 キッズ空手 (5歳から小学生)			16:10～17:40 ★カルチャー教室 大人のフラダンス(初級・中級) ※楽器も行います	17:00～18:00 ★カルチャー教室 こども絵画造形	バレエ	チア&パトン
18時		18:10～18:55 バレトン 45分 宮路		18:15～18:55 骨盤調整EX 40分 江本		18:10～18:55 姿勢改善ピラティス 45分 ka-na	17:20～18:20 ★カルチャー教室 クラシック・バレエ (初めてクラス)
19時	19:00～19:45 慣れたらエアロ 45分 趙	19:05～19:50 リラックスヨガ 45分 RIEKO	19:05～19:50 ZUMBA 45分 NAOKO	19:05～19:50 リフレッシュ リンパヨガ 45分 石川	19:05～19:50 リラックスヨガ 45分 RIEKO	18:55～19:20の ストレッチは中止 19:25～19:50 ④SSCストレッチ	19:00 CLOSE
20時	20:00 CLOSE	20:00 CLOSE	20:00 CLOSE	20:00 CLOSE	20:00 CLOSE	20:00 CLOSE	

変更点

- フィットネス終了時間の変更 21:00→20:00
- 一部スタジオプログラムの時間変更あり。(開始時間の変更)
- 月曜～金曜20:15～の③SSCストレッチ(レッスン&フレッスン)はありません。
- 土曜18:55～の④SSCストレッチ(レッスン)はありません。
- 19:25～の④ストレッチ(フレッスン)はあります。
- 20:30～の⑤ストレッチ(Hレッスン)はありません。

→変更のあるプログラムです。