



# スポパーク松森 2022年5月9日～特別タイムスケジュール

	木			土			日		
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール
30									
45		9:30~10:15 簡単ヨガ 生田【定員20名】			9:30~10:15 走らないエアロ 星			9:30~10:10 はじめてエアロ 猪股	
10:00									
15									
30									
45		10:35~11:20 走らないエアロ 菊地	10:30~11:00 アクアヌードル 木村		10:35~11:20 ヨガストレッチ 八巻【定員20名】	スイミングスクール 10:10~11:10 児童C		10:30~11:15 ボールエクササイズ 猪股	10:30~11:00 アクアヌードル 及川
11:00									
15									
30									
45									
12:00		11:45~12:15 ボディバランス30小原	11:50~12:20 アクアピクス 山田		ジュニアダンススクール 11:30~12:30 (小学1~3年生)	スイミングスクール 11:15~12:15 リトル&キッズ		11:40~12:25 ボディパンプ45 山下	11:50~12:20 クロール(初~中級) 田村
15									
30									
45									
13:00		12:40~13:25 ボディパンプ45 小原	12:30~13:00 水慣れ 山田		ジュニアダンススクール 12:30~13:30 (小学4~6年生)	12:30~13:00 クロールトレーニング山田		12:50~13:50 ボディアタック 斎藤	
15									
30									
45									
14:00		13:45~14:30 氣功 鎌田【定員20名】							
15									
30									
45									
15:00		14:50~15:35 フラダンス 菊地【定員20名】							
15									
30									
45									
16:00									
15									
30									
45									
17:00		16:00~17:30 ■卓球 1回30分(予約制)							
15									
30									
45									
18:00									
15									
30									
45									
19:00		18:00~18:45 リンパケア&ストレッチ 松浦【定員20名】							
15									
30									
45									
20:00									
15									
30									
45									
21:00									
15									
30									
45									

**《スタジオ》**  
**■整理券について■**  
 スタジオ2 定員18名 ※一部定員が変更となっております。スケジュール表をご確認ください。  
 ・朝1本目につきましては、9:00~エレベーター横にて整理券を配布いたします。  
 ※ロッカーカードを必ずご提示ください。ご提示がない場合は整理券をお渡し出来ない場合がございます。  
 ・朝2本目につきましては、ギャラリーの自動販売機横より、9:00~並び始めとさせていただきます。(1本目と2本目同時に場所取り(荷物置き)は出来ません。  
 ※3本目以降のレッスンにつきましては、前のクラスが始まったら荷物の置き始めとさせていただきます。(ギャラリーの待機場所はスタッフまでお問合せください。)  
**■入場について■**・整理券配布後スタジオ2はギャラリー側(スタジオ2扉)より、開始10分前~  
 整理券番号順での入場となります。スタジオ2の整理券が残っていた場合はマシンカウンターにて配布いたします。  
 ※入場時間にいらっしゃらない場合は、整理券番号が前後する場合がございます。ご注意ください。  
 【お願い】・マスク及びネックゲーターを着用お願いします。・レッスン前には手指消毒をお願いします。・待っている間での大きな会話は控えて下さい。

**《プール》** アクアピクス等(泳法レッスン以外)については定員40名となり、整理券対応となります。開始15分前より  
 プールサイドにて配布いたします。 ※泳法レッスンについては、今後の参加状況により定員制となる場合がございます。

\*レッスンの途中入退場は安全管理上ご遠慮ください。

\*本タイムスケジュール表は変更となる場合がございます。予め、ご了承ください。