


■ 2026年2月23日(月・祝)スタジオ・プールタイムスケジュール

	2月23日(月・祝)			都度(1 回)利用のご案内 							
	プール	2 Fスタジオ	1Fスタジオ (会議室)								
9	プ ー ル 点 検 ・ 工 事 の た め ご 利 用 い た だ け ま せ ん			利用種別	大人	高校生	中学生	小学生 以下	3 歳未満	9	
				1 日総合利用	2,230円	1,860円	—	—	—		
				プール	750円	690円	—	—	—		
				温浴施設	430円	390円	390円	180円	無料		
				マシンジム	610円	240円	—	—	—		
				スタジオ	610円	490円	—	—	—		
				ファミリープール	750円	690円	690円	310円	無料		
					1 日だけの利用も可能です。 是非お友達やご家族と一緒に運動を お楽しみください。						
					★★プログラム参加時注意点★★ ●待機場所での大きな声の会話等はご遠慮ください。 ●スタジオ内で場所指定等、場所取り行為はご遠慮 ください。※他人の荷物等を移動する行為はダメです ●他人への誹謗中傷、その他不快に思われる行為は ご遠慮ください。 ●レッスン中は携帯電話の電源をOFFにするか、マナー モードにし、また、レッスン中の通話はご遠慮ください。 ●レッスン中の動画撮影、写真撮影、音声録音は ご遠慮ください。 ☆☆定員のご案内☆☆ 1階スタジオ 35名 2階スタジオ 50名						
10		10:00-10:45	ボディジャム 45 Maho								10
11				12:00-16:30 ZUMBA イベントレッスン 参加者 控室兼 ストレッチスペース							
	11:05-11:50	ボディコンバット 45 Maho									
12	12:05-13:05	ヨガ (体)  宮村知子									
13											
14	14:15-15:00	ZUMBA スペシャルレッスン ①								14	
15	15:15-16:00	ZUMBA スペシャルレッスン ②								15	
16				映像レッスン (HF24BOX)& コナミスポーツオンラインレッスン 好評実施中！ スタジオレッスンに慣れていない方も安心して ご参加いただけます。ぜひご参加ください！ ※HF24BOX映像レッスンは下のQRコードにてレッスンスケジュール を確認いただけます。 コナミスポーツオンラインレッスンは、タイムスケジュール内に表示、 案内いたします。 HF24BOXレッスンスケジュール⇒ 						16	
17			17:00-18:00 子供 ダンス教室 ①	※プログラムは内容・担当者等を変更する場合があります。 あらかじめご了承ください。また、変更・代行等は館内掲示板、 ホームページでご確認ください。						17	
18			18:10-19:10 子供 ダンス教室 ②								
19			19:20-20:20 子供 ダンス教室 ③								
20										20	
21	営業時間 9:00～20:30 マシンジム・プール最終利用時間 20:15			 シティライトフィットネス コート岡山南 〒700-0956 岡山県岡山市南区当新田420-4 TEL 086-246-6211						21	