

コナミスポーツクラブ 八王子

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2024年9月

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (9:00 to 23:00). It lists various activities like dance, yoga, and swimming, along with instructor names and class details.

休館日の為 稼働し利用頂けません

【 Live配信クラスに関して 】

Live配信クラス 第2スタジオにて、配信されるオンラインライブレッスンを専用スクリーンに投影して行うレッスンです。

【 クラス定員に関して 】

Table showing class capacity: 第1スタジオ (60名), 第2スタジオ (35名), and プールプログラム (定員制限なし).

【 マーク表記に関して 】

Legend for class markings: 安心マーク (安心), スクールマーク (スクール), 有料プログラムマーク (有料), 変更マーク (変更), NEWマーク (NEW), 整理券マーク (整理券).

【 スタジオプログラムご参加に関して 】

- スタジオプログラム開始後の途中入退場は、安全管理上ご遠慮願います。
スタジオ・プールプログラム担当者、及びクラス内容は、都合により変更場合がございます。
祝日はタイムスケジュールが変更になります。

「スタジオプログラム参加方法」 WEB予約、または当日整理券にてご参加いただけます。
WEB優先予約参加について (WEB優先予約枠数...第1スタジオ⇒25枠(パレエのみ15枠) / 第2スタジオ⇒15枠)
スタジオ当日受付について
各クラス開始1時間前にマシンジムカウンターにて整理券を配布致します。

コナミスポーツクラブ八王子 祝日特別タイムスケジュール

2024年 9月23日(月・祝)

	スタジオ1	スタジオ2	6コースプール	4コースプール		
9:00					9:00	
30					30	
10:00			フリー遊泳		10:00	
30	😊	😊 ス		😊	アクアピクス 10:20-11:05 成田 佳代子	30
11:00	ヨガ(心) 10:30-11:30 Mako	ジャズダンス (少人数スクール) 10:30-11:30 MAHMI		😊	ウォーク&ジョグ 11:15-11:45 成田 佳代子	11:00
30						30
12:00	😊 整	😊				12:00
30	ボディパンプ 12:00-13:00 難波 杏子	ZUMBA 12:00-12:45 Mako				30
13:00		有				13:00
30	😊 整	😊				30
14:00	ボディコンバット 13:30-14:30 難波 杏子	美姿勢エクササイズ 13:15-14:15 小野村 純子				14:00
30		😊 ス				30
15:00	😊	😊 ス			15:00	
30	ボディバランス45※FX 14:50-15:35 小野村 純子	ハワイアンフラ (少人数スクール) 14:45-15:45 中澤 智子			30	
16:00	😊 整				16:00	
30	ボディジャム 16:00-17:00 青木 結花				30	
17:00					17:00	
30					30	
18:00			【 マーク表記に関して 】		18:00	
30			😊	安心マーク ご参加が初めての方・久しぶりの方・低体力者の方も安心して楽しめます。	30	
19:00			予	予約マーク 事前にご予約が必要なクラスです。	19:00	
30			有	有料プログラムマーク 別途参加料金が必要なクラスです。 (都度参加費を頂いているクラス)	30	
19:00			ス	スクールマーク スクール会員様対象のクラスです。 (月額・回数で別途参加費を頂いているクラス)	19:00	
30			整	整理券マーク 整理券の配布方法が異なるクラスです。	30	
20:00					20:00	

- スタジオプログラム参加の際は、クラス開始1時間前から整理券をお取り頂きます。(別途スタジオWEB予約参加もごさいます。)
- スタジオプログラム開始後の途中入退場は、安全管理上ご遠慮願います。
- スタジオプログラム担当者、及びクラス内容は、都合により変更する場合がございます。
- 祝日営業の為、営業時間は 10:00~19:00 でございます。(マシンジム・プール…10:00~18:45/ 浴室・サウナ…10:00~18:50)