

コナミスポーツクラブ 下総中山

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2024年7月~9月

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (10:00 to 23:00). It lists various activities like 'スイミング', 'ヨガ', 'ダンス', and '水泳' across different studios and pools.

コナミスポーツクラブ 下総中山
TEL 047-302-5191
【安心・充実の少人数制スクール】
定員10名少人数制スクール開講しております。
初めての方は体験も実施しております。体験料1,100円(税込)
お申込みはフロントまでお気軽にお越しください。
少人数制スクール ←のマークが対象となります。
■ 営業時間のご案内 ■
曜日 営業時間
月・火・水・金 10:00~22:00
土 10:00~20:00
日・祝日 10:00~18:00
※毎週木曜日は休館日です。

スタジオ定員
第1スタジオ 60名
第2スタジオ【オンラインLIVEレッスン】18名
【マーク表記に関して】
【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お楽しみ頂けます。
【スクールマーク】別途月会費が必要になります。(月額で参加費を頂いているクラス)
【オンラインLIVEレッスン】【オンラインLIVEレッスン】スクリーンに映し出されたインストラクターの動きに合わせて受講するクラスです。
【少人数制スクール】【少人数制スクール】別途月会費が必要になります。定員10名の少人数制スクールです。
【コース型教室】【コース型教室】別途参加費が必要になります。定員10名のコース型教室です。
【変更マーク】【変更マーク】前回より変更になっている箇所



# スタジオプログラムご参加方法のご案内 (下総中山店)

## スタジオ運用

### 定員

第1スタジオ 定員 60名                          スタジオ優先WEB予約(有料/330円) 20名  
第2スタジオ 定員 22名 ※オンラインは 18名    スタジオ優先WEB予約(有料/330円) 8名

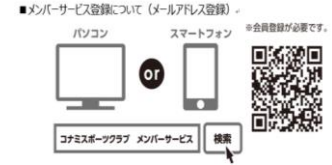
### 予約方法

#### ○スタジオ優先WEB予約(有料/330円/メンバーサービスより登録)

第1スタジオ 20名 第2スタジオ 8名  
予約参加の確約がほしい。自分の好きな受講場所を優先的に選びたい方はスタジオ優先WEBシステム(有料/330円/1人につき同時予約最大5枠)にて予約可。※前日23:59にて締め切り

#### ○当日参加予約

当日参加予約はクラス開始30分前よりマシンカウンターにて整理券配布。  
前日までのスタジオWEB優先予約数から差し引いた枚数の配布。  
第1スタジオ 定員60名 - スタジオWEB優先予約数  
第2スタジオ 定員(有人)22名・定員(オンライン)18名 - スタジオWEB優先予約数



#### マシンカウンターにて各プログラム30分前より配布

- ※整理券受け取りはチェックイン後になります。
- ※スタジオWEB優先予約をご購入いただいている方は整理券の取得の

※当日参加予約に伴う待機は所定の待機スペースにて配布30分前よりお願い致します。



#### 【待機中のルール】

- 所定の目印に合わせて整列
- お一人一枚でご本人様が取得
- 待機中 会話は控えていただく事
- 荷物を置いての場所取りは禁止
- ※列を外れたら最後尾より並ぶ

### 入場方法

WEB事前予約者→予約番号 当日整理券→整理券記載番号  
スタジオ入口待機場所にて足元添付の番号箇所に整列



#### 【待機中のルール】

- 所定の目印に合わせて整列
- 待機中会話は極力控えていただく事

### スタジオ入場開始時間

クラス開始15分前

### スタジオ整列開始時間

クラス開始30分前 (混雑緩和の為 20分前を目安に)

### スタジオプログラム中

スタジオ内に黄色の枠がございますので受講スペースを選択



枠の範囲内での受講をお願いいたします。

### スタジオ終了後

整理券取得の方はクラス終了後に担当インストラクターへ整理券をお渡ください。

# コナミスポーツクラブ下総中山より少人数制スクール開講のお知らせ

楽しく体を動かし、心も身体も健康に！  
皆様のご参加をお待ちしております！

## Studio Lesson

少人数制

気がるに、気がねなく



### 少ない人数で行う月4回のスクール。ゆとりのある空間で安心・快適



一人で運動しても続かない、正しい運動方法を教わりたい、運動初心者なのではずかしい。そんなあなたへ。  
「少人数制スタジオレッスン」は気軽に参加できる月4回のレッスンです。10人以下のクラスの相談しやすい環境なので、運動がはじめての方も楽しく続けられるスクール型のレッスンです。

気がねなく  
安心して参加できる

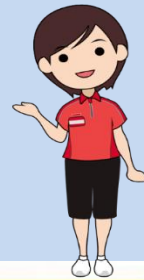
10人以下の少人数だから、あなたに合わせた運動量でレッスンができます。わからないことや不安があっても相談しやすい環境です。

インストラクター  
がすぐそばに。

少人数だからお一人ひとりにきめ細やかに動きやトレーニングをサポート。ご自身へのモチベーションアップにもつながります。

運動が楽しめる  
運動習慣を。

同じ目的を持った人が集まるスクール型のクラスですので、周囲を気にせず楽しみながら続けることができます。



各スクール内容は本紙裏面をご確認ください。  
参加してみたいスクールは、まずはお気軽に体験をしてみてください♪

- 各スクール開催曜日は裏面をご確認ください。
- 各回定員 / 10名 体験料 / 1,100円(税込)
- 申込みはお電話で前営業日までにお申し込みください。
- お一人様各スクール体験は1回までとなります。
- 定員に達した時点で、体験受付は終了となります。気になるクラスはお早めにお申し込みください。
- 当日の体験の流れやお持ち物などは、ご予約時にお伝えさせていただきます。

体験受付中！  
体験料：1,100円(税込)

当施設はキャッシュレス施設になります。現金の取り扱いをしていない施設です。  
お支払い方法はクレジットカード・電子マネー・QRコード決済

ご入会の際には本人確認書類・口座登録用クレジットカード又はキャッシュカード・初期登録料5,500円(税込)・会員証発行手数料1,100円(税込)が必要になります。

コナミスポーツクラブ 下総中山  
千葉県船橋市本中山2-10-1 ミレニティ中山5・6F

お問い合わせはこちら  
施設直通

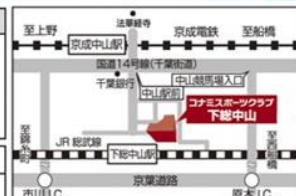
☎ 047-302-5191

詳しくはWEBで検索 ▶

営業時間	入会受付時間
月・火・水・金 10:00~22:00	月・火・水・金 10:00~21:00
土 10:00~20:00	土 10:00~19:00
日・祝 10:00~18:00	日・祝 10:00~17:00

休館日

木曜日 ※施設点検・清掃のためご利用になれません。



JR総武線  
下総中山駅  
徒歩1分

駐車場  
平日:30分ごと150円  
土日祝:30分ごと200円