

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日	土曜日			日曜日		
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール		第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10:00																			
30																			
11:00	シェイプエアロ 10:30-11:15 山崎 陽子	オリジナル健康体操 11:00-11:30 【ボルドブラ】伊藤 ひとみ	ベビースイミング 4ヶ月~ 10:30-11:30	ボディバンプ45 10:45-11:30 鈴木 めぐみ	パレトン 11:00-11:45 伊藤 ひとみ	ウォーク&ジョグ 10:30-11:00 黒岩 瞳	オリジナル健康体操 10:30-11:15 【バランス コーディネーション】 山本 純子	シェイプエアロ 10:30-11:15 安井 香織	アクアベル 11:00-11:30 鈴木 めぐみ	オリジナル健康体操 10:30-11:15 【エアロ&コア】 平井 徳子	ヨガ(体) 10:45-11:30 安井 香織	ベビースイミング 4ヶ月~ 10:30-11:30	シェイプエアロ 10:30-11:15 高木 博美	ベビー・リトル スイミング 4ヶ月~・2歳~ 10:30-11:30	シンプリエアロ 10:30-11:10 古市 昌代	児童スイミング 小学生~ 10:30-11:30			
12:00	ZUMBA 12:00-12:45 黒岩 瞳	ラテンエアロ 12:30-13:15 舟橋 佳子		パレトン 12:15-13:00 伊藤 ひとみ	ボディコンバット45 12:30-13:15 波多野 空		ボディバランス45ST 11:45-12:30 岩崎 泰子	フラダンス 12:00-12:45 宮田 あすか		シェイプエアロ 11:45-12:30 平井 徳子	リトルスイミング 2歳~ 11:30-12:30		ボディバランス45ST 12:15-13:00 篠田 かほる	キンダースイミング 3歳~ 11:40-12:40	テクニカルエアロ 【Lo】45 11:45-12:30 古市 昌代	当日券配布は 11:00~	キンダースイミング 3歳~ 11:40-12:40		
13:00	ボディバンプ45 13:30-14:15 岩崎 泰子	ヨガ(心) 14:00-14:45 舟橋 佳子	平泳ぎ初級 13:15-13:45 黒岩 瞳	ヨガ(心) 13:45-14:30 前田 明美			ボディバランス45FX 13:00-13:45 岩崎 泰子			シンプリエアロ 13:15-14:00 篠田 かほる	メガダンス30 12:30-13:00 井上 弘恵			キンダースイミング 3歳~・小学生~ 12:50-13:50	ボディコンバット45 13:15-14:00 奥村 典子	ヨガ(体) 12:45-13:30 近江 順子	児童・上級 スイミング 小学生~ 12:50-13:50		
14:00	ボディバンプ45 15:00-15:45 岩崎 泰子	ツイストクロス 14:00-14:30 黒岩 瞳		ヨガ(心) 14:45-15:30 前田 明美	アキアピクス(エンジョイ) 14:00-14:45 鈴木 珠代		ボディバンプ30 14:15-14:45 山岡 圭	シンプリエアロ 14:00-14:40 瀧 美貴		ZUMBA 14:20-15:05 篠田 かほる	アキアピクス(エンジョイ) 14:00-14:45 長尾 佳美		ボディバンプ45 14:00-14:45 篠田 かほる	児童・上級 スイミング 小学生~ 14:00-15:00	ボディバンプ45 14:45-15:30 奥村 典子	アキアピクス(エンジョイ) 14:15-15:00 近江 順子			
15:00																			
16:00																			
17:00																			
18:00																			
19:00																			
20:00	ボディバンプ45 19:30-20:00 黒岩 瞳	ヨガ(心) 20:45-21:30 藤原 綾子		テクニカルエアロ 【Lo】45 19:30-20:15 山崎 陽子	ボディコンバット30 20:30-20:30 奥村 典子		アキアピクス(エンジョイ) 19:45-20:15 丹羽 佑貴	ボディバンプ45 19:15-20:00 奥村 典子		シェイプエアロ 19:30-20:15 山崎 陽子									
21:00	ボディコンバット45 20:45-21:30 波多野 空	ヨガ(体) 20:45-21:30 藤原 綾子		ボディバンプ45 20:45-21:30 篠田 かほる			パタフライ初級 20:30-21:00 丹羽 佑貴	ボディバンプ45 20:30-21:15 奥村 典子		ボディバンプ45 20:45-21:30 山岡 圭	パレトン 20:30-21:15 山崎 陽子								
22:00																			

休館日の為 終日ご利用頂けません

当日券配布は 17:00~

《スタジオ定員とWEB予約・当日券配布》  
 <定員/通常定員の50%>  
 第1スタジオ:30名  
 第2スタジオ:17名  
 <WEB予約> ~別紙をご確認ください~  
 ・メンバーサービスにてご予約ください。  
 ・web予約をされた方は、当日、該当クラスの当日券配布開始時間以降に予約順の整理券をお渡しいたしますので、お手数ですがフロントまでお越しください。  
 <当日券配布>  
 ・プログラム当日、参加枠が空いていれば当日受付分として参加可能です。  
 ・各スタジオそれぞれの1つ前のクラスの開始時間からフロントにて配布開始  
 ・各スタジオ平日夜1本目のクラスは18:30~

《感染リスク低減対策へのご案内》  
 ・プログラム間隔を空けて、換気・除菌清掃を行います。  
 ・1人当たりの使用面積を広く確保し、人との間隔を空けます。  
 ・1プログラムあたり45分以内とし、運動強度の調整を実施します。  
 ・参加者に対しては、発声を慎むように協力を促します。  
 ・スタッフと参加者のハイタッチ等を自粛いたします。

【マーク表記に関して】

😊 【安心マーク】 初めての方、低体力者の方も安心です。  
 🏊 【スクールマーク】 別途参加料金が必要になります。(月額・回数で参加費を頂いているクラス)

■ 営業時間のご案内 ■ ※6/1(月)~当面の間

曜日	営業時間
月・火・水・木	10:00~22:00
土	10:00~20:00
日・祝	10:00~18:00

※祝祭日は特別プログラムとなります。 ※毎週金曜日は休館日となります

## 祝日プログラムのご案内 9月21日(月)・22日(火)

いつもコナミスポーツクラブ勝川をご利用いただきありがとうございます。  
9月21日(月)・22日(火) 祝日のプログラムタイムスケジュールは以下の通りです。  
通常プログラムとは異なりますので、お間違えのないようご利用くださいませ。

	9/21 (月)		9/22 (火)		
	第1スタジオ	プール	第1スタジオ	プール	
10:30	シェイプエアロ 10:30-11:15 山崎 陽子	ベビースイミング  10:30-11:30	ボディパンプ45 10:45-11:30 鈴木めぐみ	ウォーク&ジョグ 10:30-11:00 黒岩 瞳	10:30
11:00				11:00	
30				背泳ぎ初級 11:15-11:45 黒岩 瞳	30
12:00	ZUMBA 12:00-12:45 黒岩 瞳		バレトン 12:15-13:00 伊藤 ひとみ		12:00
30					30
13:00		平泳ぎ初級 13:15-13:45 黒岩 瞳			13:00
30	ボディパンプ45 13:30-14:15 岩崎 泰子		ヨガ(心) 13:45-14:30 前田 明美	アクアピクス(エンジョイ) 14:00-14:45 鈴木 珠代	30
14:00		ツイストクロス 14:00-14:30 黒岩 瞳			14:00
30					30
15:00	ボディジャム45 15:00-15:45 岩崎 泰子		シンプリーエアロ 15:15-15:55 鈴木 珠代		15:00
30					30
16:00	ヨガ(体) 16:30-17:15 藤原 綾子			キッズスイミング 15:40-16:40	16:00
30					30
17:00			ボディコンバット45 16:45-17:30 波多野 空	児童スイミング 16:50-17:50	17:00
18:00					18:00

※営業時間10:00~18:00(マシン、プールご利用時間は17:45まで)となります。

# コナミスポーツクラブ 勝川 スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

スタジオはWEB予約制となります。

2020年10月～12月

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日	土曜日			日曜日		
	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール		第1スタジオ	第2スタジオ	プール	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10:00																			
10:30	シェイプエアロ	オリジナル健康体操 【ボルドブラ】伊藤 ひとみ	ベビースイミング	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
11:00	10:30-11:15 山崎 陽子	4ヶ月～	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
12:00	ZUMBA	シェイプステップ	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
13:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
14:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
15:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
16:00																			
17:00																			
18:00																			
19:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
20:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
21:00	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊
22:00																			

休館日の為 終日ご利用頂けません

《スタジオ定員とWEB予約・当日券配布》  
 <定員/通常定員の50%>  
 第1スタジオ:30名  
 第2スタジオ:17名  
 <WEB予約> ~別紙をご確認ください~  
 ・メンバーサービスにてご予約ください。  
 ・web予約をされた方は、当日、該当クラスの当日券配布開始時間以降に予約順の整理券をお渡しいたしますので、お手数ですがフロントまでお越しください。  
 <当日券配布>  
 ・プログラム当日、参加枠が空いていれば当日受付分として参加可能です。  
 ・各スタジオそれぞれの1つ前のクラスの開始時間からフロントにて配布開始  
 ・各スタジオ平日夜1本目のクラスは18:30~

《感染リスク低減対策へのご案内》  
 ・プログラム間隔を空けて、換気・除菌清掃を行います。  
 ・1人当たりの使用面積を広く確保し、人との間隔を空けます。  
 ・1プログラムあたり45分以内とし、運動強度の調整を実施します。  
 ・参加者に対しては、発声を慎むように協力を促します。  
 ・スタッフと参加者のハイタッチ等を自粛いたします。

【マーク表記に関して】  
 😊 【安心マーク】 初めての方、低体力者の方も安心です。  
 😊 【スクールマーク】 別途参加料が必要となります。(月額・回数で参加費を預けているクラス)  
 ■ 営業時間のご案内 ■  
 ※6/1(月)~当面の間  

曜日	営業時間
月・火・水・木	10:00~22:00
土	10:00~20:00
日・祝	10:00~18:00

 ※祝祭日は特別プログラムとなります。  
 ※毎週金曜日は休館日となります