

コナミスポーツクラブ 恵比寿

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2020年8月

時間	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日	土曜日			日曜日		
	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール		スタジオA	スタジオB	プール	スタジオA	スタジオB	プール
<p>●コロナウィルス感染拡大防止に向けて、FIAガイドライン基準のもと特別タイムスケジュールにて実施させていただきます。</p> <p>【スタジオプログラム】・・・混雑が予想されるクラスは一部休止とさせていただきます。 ・1レッスン45分以内のクラスとし、レッスン間隔は換気や清掃活動が十分行えるよう、間隔を空けて(スクールプログラムを除く)実施致します。 ・定員数は、参加者が前後左右2メートル以上間隔が空くように設定致します。 ・整理券対象クラス:「太極拳」 9:55～ エントランス前にて配布 「健美操・ボディコンバット」 開始時間1時間前Bスタジオ前にて配布致します。</p> <p>【プールプログラム】 ・アクアピクスの定員枠は20名(2レーン使用時のソーシャルディスタンスを確保)とさせていただきます。 ・土曜日15:00～「アクアピクス」は14:30よりプールカウンター前にて整理券を配布致します。</p>																			
9:00	<p>●</p>																		
10:00	ヨガ(心) 10:30-11:15 Luli 【定員15名】			メガダンス30 10:30-11:00 永橋 由美 【定員15名】	有 有料プログラム 10:30-11:00 相賀 早智	整 太極拳 10:30-11:15 劉 清 【定員17名】		有 有料プログラム 10:30-11:00 相賀 早智	オリジナルボディコンシャス (ピラティス) 10:30-11:15 柴田 奈美 【定員15名】		有 有料プログラム 10:30-11:00 相賀 早智		有 有料プログラム 10:30-11:00 相賀 早智	ヨガ(心) 10:30-11:15 新村 卓也 【定員15名】				スィミングスクール 10:00-10:50 【運動塾】	
11:00	ZUMBA 11:45-12:30 吉野 純子 【定員15名】			コアクロス30 11:45-12:15 富田 寛治 【定員15名】	有 有料プログラム 11:00-11:30 相賀 早智		有 有料プログラム 11:00-11:30 相賀 早智		有 有料プログラム 11:00-11:30 相賀 早智		有 有料プログラム 11:00-11:30 相賀 早智		有 有料プログラム 11:00-11:30 相賀 早智	ヨガ(心) 11:00-12:00 見岳 恵美子 【定員15名】				スィミングスクール 11:00-12:00 【運動塾】	
12:00	健美操 13:00-13:45 難波 希三子 【定員15名】			ボディバランス45※FX 13:00-13:45 神田 亜紀 【定員15名】	有 有料プログラム 11:30-12:00 相賀 早智	整 ボディコンバット30 12:00-12:30 横田 昌佳 【定員15名】		有 有料プログラム 11:30-12:00 相賀 早智	コアクロス 12:15-12:45 佐藤 めぐ美 【定員15名】		有 有料プログラム 11:30-12:00 相賀 早智		有 有料プログラム 11:30-12:00 相賀 早智	ヨガ(心) 12:15-13:00 見岳 恵美子 【定員15名】				スィミングスクール 12:00-13:00 【運動塾】	
13:00	ヨガ(心) 14:15-15:00 糟谷 敦 【定員15名】			オリジナルボディコンシャス (骨盤調整) 14:30-15:15 松浦 博之 【定員15名】	有 有料プログラム 12:30-13:00 相賀 早智		有 有料プログラム 12:30-13:00 相賀 早智		有 有料プログラム 12:30-13:00 相賀 早智		有 有料プログラム 12:30-13:00 相賀 早智		有 有料プログラム 12:30-13:00 相賀 早智	ボディコンバット30 14:00-14:15 山崎 薫 【定員15名】					
14:00				ヨガ(心) 16:30-17:15 窪田 みゆき 【定員15名】	有 有料プログラム 13:00-13:30 相賀 早智		有 有料プログラム 13:00-13:30 相賀 早智		有 有料プログラム 13:00-13:30 相賀 早智		有 有料プログラム 13:00-13:30 相賀 早智		有 有料プログラム 13:00-13:30 相賀 早智	ボディコンバット30 15:15-15:30 朽木 智和 【定員15名】					
15:00				ヨガ(心) 17:40-18:40 中井 博行	有 有料プログラム 13:30-14:00 相賀 早智		有 有料プログラム 13:30-14:00 相賀 早智		有 有料プログラム 13:30-14:00 相賀 早智		有 有料プログラム 13:30-14:00 相賀 早智		有 有料プログラム 13:30-14:00 相賀 早智	ボディコンバット30 16:00-16:30 池内 由美子 【定員15名】					
16:00				ヨガ(心) 19:00-19:45 山田 田鶴子 【定員15名】	有 有料プログラム 14:00-14:30 相賀 早智		有 有料プログラム 14:00-14:30 相賀 早智		有 有料プログラム 14:00-14:30 相賀 早智		有 有料プログラム 14:00-14:30 相賀 早智		有 有料プログラム 14:00-14:30 相賀 早智	ボディコンバット30 17:00-17:30 山崎 薫 【定員15名】					
17:00				ヨガ(心) 20:30-21:15 横田 昌佳 【定員15名】	有 有料プログラム 14:30-15:00 相賀 早智		有 有料プログラム 14:30-15:00 相賀 早智		有 有料プログラム 14:30-15:00 相賀 早智		有 有料プログラム 14:30-15:00 相賀 早智		有 有料プログラム 14:30-15:00 相賀 早智	ボディコンバット30 18:00-18:30 山崎 薫 【定員15名】					
18:00				ボディバランス45※FX 20:10-21:10 中井 博行 【各定員12名】	有 有料プログラム 15:00-15:30 相賀 早智		有 有料プログラム 15:00-15:30 相賀 早智		有 有料プログラム 15:00-15:30 相賀 早智		有 有料プログラム 15:00-15:30 相賀 早智		有 有料プログラム 15:00-15:30 相賀 早智	ボディコンバット30 19:00-19:30 朽木 智和 【定員15名】					
19:00				ボディバランス45※FX 20:30-21:15 千葉 香織 【定員15名】	有 有料プログラム 15:30-16:00 相賀 早智		有 有料プログラム 15:30-16:00 相賀 早智		有 有料プログラム 15:30-16:00 相賀 早智		有 有料プログラム 15:30-16:00 相賀 早智		有 有料プログラム 15:30-16:00 相賀 早智	ボディコンバット30 20:00-20:30 池内 由美子 【定員15名】					
20:00				ボディバランス45※FX 20:10-21:10 中井 博行 【各定員12名】	有 有料プログラム 16:00-16:30 相賀 早智		有 有料プログラム 16:00-16:30 相賀 早智		有 有料プログラム 16:00-16:30 相賀 早智		有 有料プログラム 16:00-16:30 相賀 早智		有 有料プログラム 16:00-16:30 相賀 早智	ボディコンバット30 21:00-21:30 山崎 薫 【定員15名】					
21:00				ボディバランス45※FX 20:30-21:15 千葉 香織 【定員15名】	有 有料プログラム 16:30-17:00 相賀 早智		有 有料プログラム 16:30-17:00 相賀 早智		有 有料プログラム 16:30-17:00 相賀 早智		有 有料プログラム 16:30-17:00 相賀 早智		有 有料プログラム 16:30-17:00 相賀 早智	ボディコンバット30 22:00-22:30 山崎 薫 【定員15名】					
22:00				ボディバランス45※FX 20:30-21:15 千葉 香織 【定員15名】	有 有料プログラム 17:00-17:30 相賀 早智		有 有料プログラム 17:00-17:30 相賀 早智		有 有料プログラム 17:00-17:30 相賀 早智		有 有料プログラム 17:00-17:30 相賀 早智		有 有料プログラム 17:00-17:30 相賀 早智	ボディコンバット30 23:00-23:30 山崎 薫 【定員15名】					
23:00					有 有料プログラム 17:30-18:00 相賀 早智		有 有料プログラム 17:30-18:00 相賀 早智		有 有料プログラム 17:30-18:00 相賀 早智		有 有料プログラム 17:30-18:00 相賀 早智		有 有料プログラム 17:30-18:00 相賀 早智	ボディコンバット30 24:00-24:30 山崎 薫 【定員15名】					

休館日の為 終日ご利用頂けません

**スタジオプログラム参加の際は
マスク・ネックゲイター・サリバガード・フェイスシールド
のいずれかの着用をお願い致します。**

■ 営業時間のご案内 ■

曜日	営業時間
月・火・水・木	10:00～22:00 (運動施設ご利用は21:30まで)
土	10:00～20:00 (運動施設ご利用は19:30まで)
日・祝	10:00～18:00 (運動施設ご利用は17:30まで)

※毎週金曜日は休館日となります。

【マーク表記に関して】

整	【整理券マーク】	ご参加には整理券が必要となります。
有	【有料プログラムマーク】	別途参加料金が必要となります。 (都度参加費を頂いているクラス)
ス	【スクールマーク】	別途参加料金が必要となります。 (月額・回数で参加費を頂いているクラス)

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 programs like ZUMBA, ヨガ, and スイミングスクール with instructor names and participant limits.

●コロナウィルス感染拡大防止に向けて、FIAガイドライン基準のもと特別タイムスケジュールにて実施させていただきます。
【スタジオプログラム】...混雑が予想されるクラスは一部休止とさせていただきます。
【プールプログラム】
・アクアピクスの定員枠は20名(2レーン使用時のソーシャルディスタンスを確保)とさせていただきます。
・土曜日 15:00~「アクアピクス」は14:30よりプールカウンター前にて整理券を配布致します。

休館日の為 終日ご利用頂けません

スタジオプログラム参加の際は
マスク・ネックゲイター・サリバガード・フェイスシールド
のいずれかの着用をお願い致します。

営業時間のご案内
曜日 営業時間
月・火・水・木 10:00~22:00 (運動施設ご利用は21:30まで)
土 10:00~20:00 (運動施設ご利用は19:30まで)
日・祝 10:00~20:00 (運動施設ご利用は19:30まで)
※毎週金曜日は休館日となります。

【マーク表記に関して】
【整理券マーク】 ご参加には整理券が必要となります。
【有料プログラムマーク】 別途参加料金が必要となります。(都度参加費を頂いているクラス)
【スクールマーク】 別途参加料金が必要となります。(月額・回数で参加費を頂いているクラス)