

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日, 火曜日, 水曜日, 木曜日, 金曜日, 土曜日, 日曜日) and time slots (9:00-23:00). Includes program details like 'オリジナルアクア', 'ヨガ(心)', '太極拳', and 'ボディーバランス45'. Includes a '休館日の為 終日ご利用頂けません' (Closed for the day, no service) notice for Thursday. Includes a '【新型コロナウイルスの感染拡大防止対応】' (COVID-19 infection prevention response) section at the bottom left. Includes a '■ クラス定員に関して(ご参加にあたり) ■' (Class capacity notice) section at the bottom right. Includes a '■ 当施設をご利用の会員様へのお願い ■' (Request to members) section at the bottom right. Includes a '■ 営業時間のご案内 ■' (Business hours) section at the bottom right. Includes a '【マーク表記に関して】' (Mark notation) section at the bottom right.

【新型コロナウイルスの感染拡大防止対応】により運用を変更いたします。
【ご来館時】
チェックイン時に以前より時間を要する場合がございます。余裕を持ってご来館ください。
※マスク、ネックゲイター、フェイスシールド、サリバガードいずれかの着用が必要となります。ご持参をお願いいたします。
【スタジオ2】空きエリアのみフリー利用可
【今後のプログラム予定】
今後プログラムは適時変更する可能性があります。
不足の事の発生又は安全面から判断しやむを得ず「急遽クラス変更・クラス休講」とさせていただきます場合がございます。

■ クラス定員に関して(ご参加にあたり) ■
■ プログラム定員 ■
スタジオ1
■ 定員14名 ■
マシンジムカウンターにて予約受付を実施致します。
予約簿にロッカーナンバーをご記入ください。
ご予約は1度に1枠、ご本人様のみとさせていただきます。
<予約開始時間>
●朝~12時台クラス/10:00~クラス開始15分前まで
●13時台~17時台クラス/12:00~クラス開始15分前まで
●18時台~最終クラス/17:00~クラス開始15分前まで
プール
■ 定員14名 ■
20分前にプールカウンターにて予約をお願い致します。
予約時間前に定員に達した場合整理券を配布致します。
<オリジナルアクア整理券配布について>
【整理券マーク】の付いたオリジナルアクアは混雑が予測されるため整理券配布へ運用を切り替えさせていただきます。
<配布時間>1本目プログラム開始45分前~10分間配布
※1本目が満員でない場合、2本目の整理券も配布いたします。
※1本目が満員でない場合、2本目の整理券は1本目プログラム開始時に配布スタートします。
※その後はプールカウンターにて配布
<配布場所>フロント前、O2サーバー横より
<早めのお並びはお避け下さい。>
※プログラム開始5分前にプールサイドへ整理券順にお並びください。入場時に整理券を回収させていただきます。
■ プールフリー-遊泳定員 ■
歩くコース 5名
(定員の際プールサイドにお並び頂きお待ちください)
泳ぐコース 3名
(定員の際プールサイドにお並び頂きお待ちください)

【マーク表記に関して】
■ 営業時間のご案内 ■
【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み頂けます。
【予約マーク】 事前にご予約が必要となります。
【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)
【変更マーク】 前回より時間・内容・担当者等が変更となったプログラム(クラス)です。
【整理券マーク】 当日整理券の配布を行うクラスです。
■ 営業時間のご案内 ■
曜日 営業時間
月・火・水・金 10:00~22:00
土・日・祝祭日 10:00~18:00
※運動エリアは閉館30分前までのご利用となります。
※祝祭日は特別プログラムとなります。
※毎週木曜日は休館日となります

コナミスポーツクラブ自由が丘駅前 2020年8月10日(月・祝)

スタジオ1		スタジオ2		プール		流水プール	
10:00							
30							
11:00	ボディバランス45 ※FX 藤ヶ崎 美奈			オリジナルアクア 10:45-11:15 末吉 裕美			
30				オリジナルアクア 11:30-12:00 末吉 裕美			
12:00							
30	ボディアタック30 12:15-12:45 藤ヶ崎 美奈						
13:00				有 変更 プライベートレッスン 13:00-14:00 岡崎 智之	有 アクアパーソナル 13:15-13:45 西森 央		
30	😊 ヨガ(体) 13:45-14:30 大西 健司				有 予 アクアセラピー 14:00-14:30 西森 央		
14:00							
30							定員5名
15:00				オリジナルアクア 15:00-15:30 西森 央			
30							
16:00	ボディコンバット45 15:30-16:15 矢沢 芽美	■ 営業時間のご案内 ■ 8月10日(月・祝) 10:00~18:00		※運動エリアは閉館30分前までのご利用となります。 ※祝祭日は特別プログラムとなります。※毎週木曜日は休館日となります。 ※ゆとりすとDays会員様は2,970円(税込)でご利用いただくことができます。			
30		■ クラス定員に関して(ご参加にあたり) ■		■ プログラム定員 ■			
17:00	スタジオ1	■ 定員14名 ■ マシンジムカウンターにて予約受付を実施致します。予約簿にロッカーナンバーをご記入ください。 ご予約は1度に1枠、ご本人様のみとさせていただきます。 <予約開始時間> ●朝~12時台クラス/10:00~クラス開始15分前まで ●13時台~17時台クラス/12:00~クラス開始15分前まで		■ 定員14名 ■ 20分前にプールカウンターにて予約をお願い致します。 <オリジナルアクア整理券配布について> ●【整理券マーク】の付いたオリジナルアクアは混雑が予測されるため整理券配布へ運用を切り替えさせていただきます。 <配布時間>1本目プログラム開始45分前~10分間配布 ※1本目が満員の場合、2本目の整理券も配布いたします。※その後はプールカウンターにて配布 <配布場所>フロント前、O2サーバー横より ※早めのお並びはお避け下さい。※プログラム開始5分前にプールサイドへ整理券順にお並びください。入場時に整理券を回収させていただきます。			
30		■ プールフリー遊泳定員 ■					
	歩くコース	5名 (定員の際プールサイドにお並び頂きお待ちください)					
	泳ぐコース	3名 (定員の際プールサイドにお並び頂きお待ちください)					