

コナミスポーツクラブ 豊明

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2021年9月

	月曜日			火曜日			水曜日	木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	本館スタジオ	別館スタジオ	プール	本館スタジオ	別館スタジオ	プール		本館スタジオ	別館スタジオ	プール	本館スタジオ	別館スタジオ	プール	本館スタジオ	別館スタジオ	プール	本館スタジオ	別館スタジオ	プール
10:00																			
10:30	😊 変更 オリジナル健康体操 (ポルドラ)	運動塾(子供) 体育		😊 ヨガ(心)			📅 9月30日は臨時休館日です	😊 オリジナル健康体操 (機能改善体操)	運動塾(子供) 体育	😊 成人水泳教室 (初級)		😊 フラダンス		😊 ヨガ(心)	運動塾(子供) 体育	😊 変更 ヨガ(心)	運動塾(子供) 体育	😊 運動塾(子供) スイミング	😊 運動塾(子供) スイミング
11:00	10:30-11:15 ゆう子	10:00-12:00		10:30-11:15 スマイルYOGA			📅 9月10日は臨時休館日です	10:30-11:15 光岡 ひとみ	10:00-11:00	10:10-10:55 山之内 勲		10:30-11:15 池田 栄子		10:30-11:15 なほ	10:00-11:50	10:30-11:15 ゆう子	9:00-12:50	9:00-11:00 遊泳 1コース 歩行 1コース	9:00-11:00 遊泳 1コース 歩行 1コース
11:30		運動塾(子供) スイミング			運動塾(子供) スイミング			📅 腸活 腸活腹筋トレーニング 11:25-11:40	📅 腸活	📅 腸活 スイミング				📅 腸活 スイミング				📅 腸活 スイミング	📅 腸活 スイミング
12:00	😊 シンプルエアロ	10:50-12:00 遊泳 2コース 歩行 1コース		😊 ヨガ(心)			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				😊 シェイプエアロ				😊 運動塾(子供) スイミング	😊 運動塾(子供) スイミング
12:30	12:00-12:40 浜 正江			📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				11:45-12:30 なほ				📅 有	📅 有
13:00		ウォーク&ジョグ 12:45-13:15 前川 拓穂		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
13:30	😊 ヒップホップ (初級)	12:00-12:40		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
14:00	13:15-14:00 三浦 大司	13:30-14:15 山口健太		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
14:30	📅 腸活 腸活体操 14:15-14:45 藤下 みゆき			📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
15:00		成人水泳教室 (初級・中級)		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
15:30		13:30-14:15 山口健太		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
16:00		運動塾(子供) スイミング		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
16:30		15:00-16:30 歩行 1コース 遊泳 1コース		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
17:00		運動塾(子供) スイミング		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
17:30		16:30-17:30 歩行&遊泳 1コース		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
18:00		運動塾(子供) スイミング		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
18:30		17:30-18:30 歩行 1コース 遊泳 1コース		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
19:00		運動塾(子供) スイミング		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
19:30		18:30-19:30 歩行 1コース 遊泳 1コース		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
20:00	😊 ポディバランス45 ※ST			📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
20:30	19:30-20:15 篠原 由美子			📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
21:00		ポディコンバット45		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
21:30		20:30~21:15 関野 真司		📅 有			📅 有	📅 有	📅 有	📅 有				📅 有				📅 有	📅 有
22:00	📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			
22:30	📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			
23:00	📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			📅 有			

ご自身の泳力にあわせてどちらかお選びください。

休館日の為 終日ご利用頂けません

【マーク表記に関して】
 😊 【安心】 ご自身のペースで運動を行いたいと考える方へお勧めするクラス。
 📅 【有料】 別途参加料金が必要になります。
 📅 【NEW】 今回より新たにスタートしたプログラム(クラス)です。
 📅 【変更】 前日より時間・内容・担当者等が変更となったプログラム(クラス)です。

■ 当施設をご利用の会員様へお願い ■
 コナミスポーツクラブをご利用頂き、誠にありがとうございます。皆さまが快適にご利用頂くために、以下の内容についてお願い申し上げます。
 <スタジオ>
 すべてのクラス予約制です
 ●プログラム参加の際は指定された場所にお並びください。ご予約順に入場となります。
 ●レッスンの途中入場・退場はご遠慮ください。
 ●各クラス定員がございます。本館:15名、別館:30名
 <プール>
 整理券マークのクラスはWEB予約が可能です。
 ●プログラム参加の際は指定された場所にお集まりください。
 ●1クラス定員33名とさせていただきます。
 ●アクアピクスはクラス開始30分前からフロントにて整理券を配布致します。

コナミスポーツクラブ 豊明

■ 営業時間のご案内 ■

曜日	営業時間
月・火・木・金	10:00~22:00
土	10:00~20:00
日・祝祭日	10:00~18:00

※祝祭日は17時以降のレッスン(大人)が休講となります。
 ※毎週水曜日は休館日となります。

《新型コロナウイルス感染リスク低減に向けた取り組みについて》

- プログラムの間隔を30分以上空けて、換気と除菌清掃を行います。
- 定員を設定し、1人当たりの使用面積を広く確保し、左右前後の人との間隔を空けます。本館スタジオ:15名、別館スタジオ30名、プールプログラム:33名
- スタッフと参加者のハイタッチ等を自粛いたします。
- ご参加の皆様へ「発声を慎むように」ご協力をお願い致します。
- スタジオプログラムご参加の際にはマスク又はネックゲーターなどの着用をお願い致します。

《スタジオプログラムが完全予約制になりました》

- ご予約はメンバーサービスよりお願い致します。上限3クラスまでご予約頂けます。
- WEB予約にて定員に達しなかったクラスは当日、クラス開始30分前から残数分の整理券を配布致します。※WEB環境をお持ちでない方への配布を優先させていただきます。本館スタジオ:レッスン開始30分前より2Fマシニングにて配布致します。※開店後に最初に実施するクラスのみ10:15~フロントにて配布別館スタジオ:レッスン開始30分前よりフロントにて配布致します。
- プールプログラムは 📅 マークのついているプログラムのみWEB予約対象クラスです。