

**9月タイムスケジュールは2枚目  
9/21(月)、9/22(火)祝日スケジュールは  
3枚目でございます。**

**画面をスクロールしてご確認下さい。**

# コナミスポーツクラブ 蒲田

# スタジオ&プール プログラム 特別タイムスケジュール

# 2020年9月

	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	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
9:30														
10:00														
10:30	ヨガ(体) 10:30-11:15 原 優子	アクアピクス(オリジナル) 10:30-11:00 田中 展子	変更 ボディコンバット45 10:30-11:15 磯邊 志穂子	アクアピクス(オリジナル) 10:30-11:15 宇野 佳子	変更 ボディパンプ45 10:30-11:15 磯邊 志穂子 ※定員17名	アクアピクス(オリジナル) 10:30-11:15 倉治 久美子		変更 ボディパンプ45 10:30-11:15 樹山 由佳里 ※定員17名	アクアピクス(オリジナル) 10:30-11:15 MOCO	変更 ボディバランス45 ST 10:30-11:15 葛野 智子	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 9:50-11:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 ボディパンプ45 10:30-11:15 磯邊 志穂子 ※定員17名	10:00~運動塾準備の為、ウォーキング・自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。 変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 10:20-11:20 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※2レーン使用	
11:00		変更 【運動塾(子供)】 11:15-12:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 オリジナルケア 11:45-12:30 桑田 純代	変更 オリジナルケア 11:15-12:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 オリジナルケア 12:00-12:45 桑田 純代			変更 ZUMBA 12:00-12:45 樹山 由佳里	変更 【運動塾(子供)】 MOCO 11:15-12:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 ボディパンプ45 11:45-12:30 磯邊 志穂子 ※定員17名	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 11:00-12:30 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 ボディコンバット45 12:00-12:45 白濱 美由紀	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 11:30-12:30 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※2レーン使用	
12:00	変更 シンプリーエアロ 11:45-12:25 本田 由美													
13:00	変更 ボディバランス45 ST 13:00-13:45 井樺 貴子	変更 スイミング(フォーム) 13:00-13:30 和泉 朝陽	変更 シェイプエアロ 13:00-13:45 井川 裕美	変更 スイミング(フォーム) 13:00-13:30 和泉 朝陽	変更 メガダンス45 13:15-14:00 桑田 純代			変更 メガダンス45 13:15-14:00 井樺 貴子		変更 ヨガ(心) 13:15-14:00 市野瀬 美絵		変更 ヨガ(体) 13:15-14:00 山坂 久美子		
14:00	変更 シンプリーエアロ 14:15-14:55 木村 順子		変更 ヨガ(心) 14:15-15:00 井川 裕美		変更 シンプリーエアロ 14:30-15:10 本田 由美	アクアピクス(オリジナル) 13:45-14:30 宇野 佳子		変更 ヨガ(心) 14:30-15:15 清水 多江子		変更 シンプリーエアロ 14:30-15:10 渡久地 里子		変更 メガダンス45 14:30-15:15 金指 くるみ	アクアピクス(オリジナル) 14:00-14:45 坂井 郷子	
15:00		15:00~運動塾準備の為、ウォーキング・自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。		15:00~運動塾準備の為、ウォーキング・自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。		14:45~運動塾準備の為、ウォーキング・自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。								
16:00	変更 【運動塾(子供)】 ダンシングスターズ (ハッピー&チャレンジ スターズ) 16:20-17:20 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※2レーン使用	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 15:20-19:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 2レーン ご利用頂けます。		変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 15:20-19:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。		変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 15:00-19:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※5レーン全て スクール専用になります。			変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 15:20-19:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※5レーン全て スクール専用になります。		変更 ボディコンバット45 15:45-16:30 磯邊 志穂子	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 13:30-18:00 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。	変更 ヨガ(心) 15:45-16:15 横道 慶輝 ※定員17名	
17:00	変更 【運動塾(子供)】 ダンシングスターズ (ドリームスターズ) 17:30-18:30 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ※2レーン使用													
18:00														
19:00	変更 ボディコンバット45 19:15-20:00 白濱 美由紀	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 19:00-20:15 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 2レーン ご利用頂けます。	変更 ボディパンプ45 19:00-19:45 吉田 永司 ※定員17名	変更 【運動塾(子供)】 スイミングスクール 19:00-20:15 ※ウォーキング 1レーン 自由遊泳 1レーン ご利用頂けます。				変更 メガダンス45 19:00-19:45 金指 くるみ						
20:00	変更 ボディパンプ45 20:30-21:15 白濱 美由紀 ※定員17名	変更 マスターズスイミング 20:30-21:00 木場 智基 ※ドリル練習中心の レッスンとなります。	変更 ボディコンバット45 20:30-21:15 吉田 永司		変更 ボディジャム45 20:15-21:00 金指 くるみ			変更 ボディバランス45 ST 20:15-21:00 井上 真登	変更 マスターズスイミング 20:00-20:30 篠谷 豪 ※ドリル練習中心の レッスンとなります。					
21:00														
22:00														

休館日の為 終日ご利用頂けません

**【レッスン定員に関して】**  
**「スタジオ 定員20名」**  
**※ボディパンプ・コアクロスは17名**  
**「アクアピクス 定員13名」**

お客様が安心して動ける範囲を確保する為に、定員を少なく設定させて頂いております。ご不便をお掛け致しますが、ご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。

**コナミスポーツクラブ 蒲田**

■ 営業時間のご案内 ■

曜日：時間

月・火・水・金	9:30~22:00
土	9:30~20:00
日・祝日	10:00~18:00

**【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。
- 【整理券マーク】 整理券があるクラス。※なくても参加可
- 【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)
- 【NEWマーク】 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。

※スタジオレッスン参加時は「WEB予約」または「入場券」が必要になります。入場券はフロントにご用意しております。詳しくはHP・館内掲示をご参照下さい。※状況により、内容変更の可能性がございます。予め、ご了承下さい。

※プールスキル系のレッスン時に参加者が15名以上の場合、3レーン使用させていただきます。※プールコース利用状況は、プライベートレッスン・有料プログラム・短期教室・イベントなどにより、変更になる可能性がございます。予め、ご了承下さい。

### 9月21日(月) スタジオ・プールスケジュール

スタジオ		プール	
10:00			
30	😊 ボディパンプ45 10:30-11:15 樹山 由佳里		
11:00			
30		【運動塾(子供)】 11:15-12:00 ※月会費制 ※ウォーキング 1レーン、 自由遊泳 1レーンご利用頂けます。	
12:00	ボディバランス45 ST 12:00-12:45 木村 順子		
30			
13:00			
30	シェイプエアロ 13:15-14:00 木村 順子		
14:00			
30	ボディジャム45 14:30-15:15 金指 くるみ		
15:00		15:00~運動塾準備の為、ウォーキング・ 自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。	
30		【運動塾(子供)】 スイミングスクール  15:20-17:30  ※月会費制 ※5レーン全て スクール専用になります。	
16:00			
30			
17:00			
30	※マシンエリアのご利用は、17:30までになります。	※プールエリアのご利用は、17:30までになります。	
18:00			

### 9月22日(火) スタジオ・プールスケジュール

スタジオ		プール	
10:00			
30	😊 ボディパンプ45 10:30-11:15 磯邊 志穂子		
11:00			
30		【運動塾(子供)】 11:15-12:00 ※月会費制 ※ウォーキング 1レーン、 自由遊泳 1レーンご利用頂けます。	
12:00	ヨガ(体) 12:00-12:45 井川 稔美		
30			
13:00			
30	😊 ボディパンプ45 13:15-14:00 吉田 永司		
14:00			
30	ボディコンバット45 14:45-15:30 吉田 永司		
15:00		15:00~運動塾準備の為、ウォーキング・ 自由遊泳レーンは1レーンのみとなります。	
30		【運動塾(子供)】 スイミングスクール  15:20-17:30  ※月会費制 ※5レーン全て スクール専用になります。	
16:00			
30			
17:00			
30	※マシンエリアのご利用は、17:30までになります。	※プールエリアのご利用は、17:30までになります。	
18:00			