



# スポパーク松森 2021年11月1日~11月30日タイムスケジュール

木			土			日		
スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール	スタジオ1	スタジオ2	プール
	9:10~10:40 ■卓球 シングルスで1回30分		10:15~11:00 走らないエアロ 星	10:20~11:05 ヨガストレッチ 八巻【定員18名】	スイミングスクール 10:10~11:10 児童C	10:15~10:55 はじめてエアロ 猪股		
10:30~11:15 走らないエアロ 菊地		10:30~11:00 アクアヌードル 木村						10:30~11:00 フィンスイミング 田村
	11:05~11:50 簡単ヨガ 生田【定員18名】	11:10~11:40 フィンスイミング 木村						11:10~11:40 スイミングフォーム 田村
		11:50~12:20 アクアファイター30 山田	11:30~12:10 ステップ 星	ジュニアダンススクール 11:30~12:30 (小学1~3年生)	スイミングスクール 11:15~12:15 リトル&キンダー			11:50~12:20 アクアヌードル 及川
12:00~12:45 ボディバランス45 小原	12:10~12:55 健康体操 八巻【定員18名】	12:30~13:00 背泳ぎ初級 山田		ジュニアダンススクール 12:30~13:30 (小学4~6年生)	12:30~13:00 クロールトレーニング 山田	12:30~13:15 ボディバンプ45 岩井		
			12:45~13:30 SALSATION® 松浦		13:10~13:40 アクアピクス 千葉			
13:15~14:00 ボディバンプ45 小原	13:30~14:15 氣功 鎌田【定員18名】					13:45~14:45 ボディアタック 岩井		
			14:15~15:00 HIPHOP 畑中					
14:35~15:20 ZUMBA® 松浦	14:45~15:30 フラダンス 菊地【定員20名】							
		スイミングスクール 15:15~16:15 キンダー&児童A				15:10~15:55 ZUMBA® 松浦		
15:45~17:30 スタジオ開放		スイミングスクール 16:20~17:20 キンダー&児童B	15:25~16:25 ボディバンプ 小原	14:15~19:00 ■卓球 シングルスのみでの 使用となります。 1回30分(予約制)	16:15~16:45 アクアピクス 山田		9:10~19:00 ■卓球 シングルスのみでの 使用となります。 1回30分(予約制)	15:45~16:15 平泳ぎ(初~中級) 山田
		スイミングスクール 17:25~18:25 児童AB	16:55~17:40 ボディコンバット45 小原			16:25~17:25 ボディコンバット 斎藤		16:20~16:50 アクアヌードル 山田
		スイミングスクール 18:30~19:30 上級クラス						
18:30~19:15 リンパケア&ストレッチ 松浦	16:00~21:30 ■卓球 シングルスのみでの 使用となります。 1回30分(予約制)		《スタジオ》					
		19:30~20:00 平泳ぎ(初~中級) 山田	■整理券について ■ スタジオ1 定員35名・スタジオ2 定員16名 ※一部定員が変更となっております。スケジュール表をご確認ください。					
19:45~20:30 ボディアタック45 斎藤		20:10~20:40 AQUAZUMBA 山田	【スタジオ1】・朝1本目のレッスンは9:05~スタジオ1入口(マシン側)にて整理券を配布いたします。2本目以降のレッスンにつきましては、前のクラスがスタートしたらギャラリーに並びはじめとさせていただきます。・荷物を置いて他の方の場所取りは禁止といたします。					
			【スタジオ2】・朝1本目のスタジオ2のレッスンにつきましては、9:05~マシンカウンターにて整理券配布いたします。・2本目以降のレッスンにつきましては、スタジオ2入口(マシン側)に、前のクラスがスタートしたら並び始めとさせていただきます。					
			■入場について ■ ・整理券配布後スタジオ1はギャラリー側(スタジオ1扉)よりスタジオ2はマシン側(スタジオ2扉)より、開始10分前~整理券番号順での入場となります。スタジオ1・2とも整理券が残っていた場合はマシンカウンターにて配布いたします。					
21:00~21:45 ボディコンバット45 斎藤			※入場時間にいらっしゃらない場合は、整理券番号が前後する場合がございます。ご注意ください。					
			【お願い】・マスク及びネックゲーターを着用お願いします。・レッスン前には手指消毒をお願いします。・待っている間での大きな会話は控えて下さい。					
			《プール》 アクアピクス等(泳法レッスン以外)については定員40名となり、整理券対応となります。開始15分前よりプールサイドにて配布いたします。 ※泳法レッスンについては、今後の参加状況により定員制となる場合がございます。					

\*レッスンの途中入退場は安全管理上ご遠慮ください。

\*本タイムスケジュール表は変更となる場合がございます。予め、ご了承ください。