

2019. 2~

SPORTS SPA BLUE EARTH

レッスンの♡マークは初心者にもおススメのレッスンとなっております。

レッスン開始後の入室はご遠慮いただきます。ご了承ください。

Main schedule table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金, 土, 日) and times (10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00). Activities include FTP, ZUMBA, SHBAM, and others.

月・火・木・金曜日の16:00~18:30の間はスイミングスクール優先時間のため一部コースのご利用ができません。

無料開放 14:30~17:00の間 風呂スタジオを無料開放致します。ヨガマットを待合の上ご利用ください。(ストレッチボールのみ可)

フリー岩盤浴ではストレッチボールやウェービングなどご利用できます。(持ち込みも可能)

《レッスンに関するお願い・お知らせ》
《サーキット》サーキットレッスン途中参加はウォーミングアップ不足による怪我防止のため禁止致しますので予めご了承ください。
《ボディランブ》ボディランブレッスン中のウエイティングスペースの片付けは、参加者様の安全面を考慮禁止させていただきます。尚、ボディランブは定員40名となります。

フリースイミング

フリースイミング

※タイムテーブルは変更する場合があります

2月カレンダー (February Calendar) showing dates from 3 to 28.

プール 18:30 終了 / ジム 18:40 終了

プール 22:00 終了 / ジム 22:10 終了