

BLUE EARTH 焼津 レッスンタイムテーブル2018年5月～

★営業時間...[月～木]10:00～23:00 [土]10:00～21:00 [日・祝日]10:00～19:00 [金]メンテナンス日(休館日)

はじめての方にオススメのクラスです

インフォメーション

時間	月		火		水		木		土		日
	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ	MEZZO	スタジオ
10:00	10:20～ラジオ体操	10:15～10:45	10:15～ストレッチ	女性のみ	10:30～11:15	サーキット	10:30～ストレッチ	サーキット	10:30～11:30	フィットネス	10:30～11:30
11:00	11:00～11:45	11:15～11:45	10:45～11:15	10:45～11:30	11:00～	12:00	11:00～TC	11:00～	11:45～12:00	12:00	11:45～12:15
12:00	12:00～12:45	12:00～	11:30～12:15	11:45～12:15	12:30～13:00	ウェープリング	12:30～13:00	12:30～13:00	12:45～13:45	12:45～13:45	12:45～13:45
13:00	13:00～TC	13:15～13:45	13:15～14:15	13:30～14:15	14:30～15:15	14:30～	14:30～	14:30～	14:45～15:15	14:45～15:15	14:45～15:15
14:00	14:15～15:00	14:15～15:00	14:30～15:15	14:30～	15:00～15:45	15:00～	15:00～	15:00～	15:30～16:00	15:30～16:00	15:30～16:00
15:00	15:15～16:00	15:00～	15:30～16:00	15:30～	16:15～16:45	16:15～16:45	16:15～16:45	16:15～16:45	16:45～17:00	16:45～17:00	16:45～17:00
16:00	16:15～16:45	16:00	16:15～16:45	16:15～16:45	16:45～17:00	16:45～17:00	16:45～17:00	16:45～17:00	17:00～TC	17:00～TC	17:00～TC
17:00	17:15～17:45	17:00	17:15～17:45	17:15～17:45	17:45～18:30	17:45～18:30	17:45～18:30	17:45～18:30	18:00～TC	18:00～TC	18:00～TC
18:00	18:15～19:00	18:15～19:00	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15	18:30～19:15
19:00	19:15～20:00	19:15～20:00	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15	19:30～20:15
20:00	20:15～21:15	20:15～21:15	20:30～21:30	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15	20:30～21:15
21:00	21:30～22:15	21:30～22:15	21:45～22:15	21:45～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15	21:30～22:15
22:00	22:15～23:00	22:15～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00	22:30～23:00
23:00	23:00閉館										

☆週代わりレスマイルズ① 11:45～

6日	ボディバンプ	望月
13日	ボディコンバット	望月
20日	ボディジャム	佐藤の
27日	ボディコンバット	滝井

☆週代わりレッスン 13:00～

6日	ピラティス	泉水
13日	アディダスヨガ	松谷
20日	ヨガ	藁科
27日	ピラティス	増田

☆週代わりレスマイルズ② 14:15～

6日	ボディコンバット	滝井
13日	ボディジャム	増田
20日	ボディアタック	待井
27日	ボディーステップ	松谷

特別営業のお知らせ

下記の日は祝日の為、営業時間及びスタジオプログラムが変更になります。ご確認ください。

5月3日 木曜日
5月5日 土曜日

※スタジオプログラムは別紙に記載

ホットレッスン追加のお知らせ

5月より下記のレッスンは、ホットスタジオでのレッスン実施となります。予めご確認ください。

火曜日	女性専用
10:45～11:30	ホットピラティス
11:45～12:15	ホットリラックスボール
木曜日	男女兼用
14:00～14:45	ホットアディダスヨガ
15:00～15:45	ホットヨガ

ヨガマット有料化のお知らせ

ホットスタジオレッスンで利用するヨガマットは、レンタル料(216円/日)としての有料となります。ご理解の程、よろしくお願い致します。

☆ホットスタジオレッスン (MEZZO)
通常レッスンよりも暖かい空間で、しっかり汗を出していきます。
対象 月曜日・水曜日 夜
火曜日・木曜日 昼

☆スタジオレッスン整理券の配布場所
・メインスタジオ ⇒ 2階ジムカウンター
・MEZZOスタジオ ⇒ 1階フロント
対象 平日18時以降・昼間MEZZOレッスン
土曜 レスマイルズプログラム

☆MEZZOスタジオ
日曜日は、10時～14時DVD

スタジオレッスンの途中参加は、ウォーミングアップ不足による怪我や、予め参加されていた会員様のスペースを妨げてしまうため、固くお断りさせていただきます。

ゴールデンウィーク

4月		5月	
30日(月・祝)	3日(木・祝)	5日(土・祝)	
特別営業日	特別営業日	特別営業日	
10:30			
11:00	11:00~11:45 初級エアロ ※整理券配布	11:15~12:00 ボディコンバット45 望月	10:45~11:30 ボディジャム45 佐藤り
11:30		※整理券配布	※整理券配布
12:00	12:00~12:45 欲張りレスミルス 《有料プログラム》	※整理券配布	11:45~12:30 ボディステップ45 松谷
12:30		12:15~13:00 ボディアタック45 待井	※整理券配布
13:00	13:00~13:45 レスミルスストーン 《有料プログラム》	※整理券配布	12:45~13:45 ヨガ ヨガ
13:30		13:15~14:00 ビギナーエアロ 巻田	柏木
14:00	14:00~15:00 ウェープリングピラティス 《有料プログラム》	14:15~15:15 健美操 巻田	14:00~14:45 ボディパンプ45 待井
14:30			※整理券配布
15:00	15:15~16:55 ボディアタック100		
15:30			
16:00			
16:30	《有料プログラム》		
17:00			
閉館時間 19:00			
※Mezzoスタジオはお休みとなります。			

営業時間のお知らせ

4月29日(日)	10:00~19:00 特別営業日	5月3日(木)	10:00~19:00 特別営業日
4月30日(月)	10:00~19:00 特別営業日	5月4日(金)	休館日
5月1日(火)	10:00~23:00	5月5日(土)	10:00~19:00 特別営業日
5月2日(水)	10:00~23:00	5月6日(日)	10:00~19:00 特別営業日

3日・5日は、スタジオプログラムが変更になります。

GW期間中の営業時間は、上記をご確認下さい。

《4月30日 月曜日 スタジオイベント開催》
有料プログラムへの参加は、申し込みが必要となります。
初級エアロ（無料）のみ整理券を配布いたします。

会員種別利用表

コース名	30日	1日	2日	3日	5日	6日
フルタイム	○	○	○	○	○	○
デイトム	~18	~18	~18	~18	~18	~18
ナイト	○	21~23	21~23	○	○	○
アフタヌーン	×	13~18	13~18	×	×	×
ウィークエンドデイ	~18	×	×	~18	~18	~18
AQフルタイム	○	○	○	○	○	○
AQデイトム	×	~17	~17	×	×	×
AQウィークデイ	×	○	○	×	×	×