

アトリオドゥーエ碑文谷 2020年3月19日(木)~2020年3月31日(火) 特別レッスンスケジュール

	MON (月)				TUE (火)				WED (水)				THU (木)				SAT (土)				SUN (日)			
	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール	スタジオA	スタジオB	サイクルスタジオ	プール
9:00																								
9:30																								
10:00																								
10:30																								
11:00																								
11:30																								
12:00																								
12:30																								
13:00																								
13:30																								
14:00																								
14:30																								
15:00																								
15:30																								
16:00																								
16:30																								
17:00																								
17:30																								
18:00																								
18:30																								
19:00																								
19:30																								
20:00																								
20:30																								
21:00																								
21:30																								
22:00																								
22:30																								

<プログラム参加に際してのご案内>
 ・スタジオ前での整列は禁止とさせていただきます。
 ・ご参加希望のプログラム開始15分前に下記受付場所にて
 所定のリストへ会員番号(または氏名)をご記入の上、ご参加ください。
 ※有料レッスンを除く
 ★スタジオレッスン：ジムカウンター
 ★アクアレッスン：プールカウンター

<参加者の皆様へのおお願い>
 ①来館前に必ずご自宅で検温をお願いいたします。
 ②スタジオ入退出時には、手指のアルコール消毒をしてください。
 ③プログラム前後は、必ず使用済みのアルコール消毒をしてください。
 ※ご自身のヨガマットをお持ちの方はご持参ください。
 ※汗拭きタオル等はご自身でもご用意をお願いします。
 ④スタジオ内では、前後左右の間隔を十分(2M以上)に空けて
 ご参加ください。
 ⑤掛け声や握手、ハイタッチはご遠慮ください。

※4月以降の運営については、3/25頃を目安にお知らせいたします。

都合により、レッスンの内容や担当インストラクターが変更となる場合があります。