

	月 (MON)		火 (TUE)		水 (WED)		木 (THU)		金 (FRI)		土 (SAT)		日 (SUN)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	7:00 OPEN (第3月曜日は23:00～)		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN		24時間 OPEN	
7:00														
8:00														
9:00														
10:00	ヨガ 9:15-10:15 渡邊 敬子													
11:00	オリジナル ステップ50 10:30-11:20 黒部 美砂子													
12:00	ラテンダンス75 11:45-13:00 向井 志保													
13:00														
14:00	HIPHOP DANCE初級 50 13:15-14:05 佐藤 綾													
15:00	ステップ コンディショニング 14:30-15:30 海野 孝行													
16:00														
17:00														
18:00														
19:00														
20:00	バレエ75 19:30-20:45 ピリー・サントス													
21:00														
22:00														
23:00	<p>FIA (一般社団法人 日本フィットネス産業協会) からのガイドラインを踏まえ、飛沫感染リスクへの対策徹底のため、しばらくの間、以下の対応をさせていただきます。</p> <p>皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解、ご協力宜しくお願い致します。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・人数制限はプログラムの特性を考慮し、<b>呼吸が荒くならないプログラムは青枠、呼吸が荒くなるプログラムを赤枠</b>とし、それぞれ異なる定員数を設定させていただきます。</li> <li>・レッスン中も含め、マスクの完全着用のご協力をお願い致します。</li> <li>・過度な大きさ・頻繁の声だしはお控えいただきますようお願い致します。</li> </ul>													

FIA (一般社団法人 日本フィットネス産業協会) からのガイドラインを踏まえ、飛沫感染リスクへの対策徹底のため、しばらくの間、以下の対応をさせていただきます。

皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解、ご協力宜しくお願い致します。

- ・人数制限はプログラムの特性を考慮し、**呼吸が荒くならないプログラムは青枠、呼吸が荒くなるプログラムを赤枠**とし、それぞれ異なる定員数を設定させていただきます。
- ・レッスン中も含め、マスクの完全着用のご協力をお願い致します。
- ・過度な大きさ・頻繁の声だしはお控えいただきますようお願い致します。