

# スポーツアカデミー新城 レッスンスケジュール

2010. 7月 ~ 9月

	月		火			水			木			金			土			日		
	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
15																				
30																				
45																				
10:00		幼稚園指導 9:30~10:30																		
15			かんたん エアロ 10:15~11:00 小山																	
30																				
45																				
11:00		団体指導 10:30~11:30																		
15																				
30																				
45																				
12:00																				
15																				
30																				
45																				
13:00																				
15																				
30																				
45																				
14:00																				
15																				
30																				
45																				
15:00																				
15																				
30																				
45																				
16:00																				
15																				
30																				
45																				
17:00																				
15																				
30																				
45																				
18:00																				
15																				
30																				
45																				
19:00																				
15																				
30																				
45																				
20:00																				
15																				
30																				
45																				
21:00																				
15																				
30																				
45																				
22:00																				
15																				
22:30																				

**ご案内**  
 スタジオ  
 2つのスタジオでカーディオ系、筋コン系、オリエンタル系のヨガや太極拳など、豊富なプログラムが参加出来ます。安全上、レッスン開始10分以降の参加はご遠慮いただいております。

マシジム  
 お客様のご要望に応じて、トレーニングメニューを作成いたします。ワンポイントアドバイスはお気軽にスタッフに聞いてください。

プール  
 25M×5コースと20M×2コースとなります。レッスン以外のコースは自由遊泳となります。

スイムスクール  
 30年の実績をもとに、登録制で月4回(週2回は8回)の泳法習得を目指す水泳教室です。

子供カルチャー教室会員制度  
 各クラス定員20~30名程度となります。お早めに申込下さい。

**ご注意**  
 都合により担当者が変更になる場合がございますので、ご了承下さい。  
 また、変更等はフロント、スタジオの掲示板でご覧下さい。スタジオレッスンの一部予約となる場合がございます。  
 当日、クラブのスタジオ前で予約表に記入下さい。(電話予約や他の方への予約は不可です。)

**営業時間**

平日 10:00 ~ 22:30  
 ※22:30完全退館となります。

土曜日 10:00 ~ 20:00  
 ※20:00完全退館となります。

日曜日 10:00 ~ 18:00  
 ※18:00完全退館となります。

休館日 毎週月曜日  
 定休日 お盆、年末年始、設備点検