

- ・スタジオへの入場はレッスン開始の**5分前**からとさせていただきます。
- ・マスクの着用は 2023.5.9 より個人の判断とさせていただきます。
- ・予約をされたレッスンになれなくなってしまった場合には必ずキャンセル処理を行って下さい。
- ・スタジオ内にスマートフォンを持ち込まれる際にはマナーモードにいただき、レッスンの妨げにならない用で配慮下さい。

スクリーンに映し出された映像を
みながら行うプログラムです。
予約なしで気軽に利用できる為、
はじめての方には特におすすめの
レッスンとなります。
尚、こちらの映像は LIVE ではなく
録画されたものです。

毎週日曜日 19:30 より
翌週の日曜日～土曜日までの1週間分のご予約が新たにお取りいただけます。

- プールは全 10 コースあります。
- いつでも歩くコースと泳ぐコースを利用できます。
- 監視台側が 10 コースです。
- 曜日・時間帯・参加人数によりコース割を変更する場合がございます。
- プライベートレッスンでコースを使用する場合がございます。

子供のスクールがありますが、常時歩くコースと泳ぐコースを利用できます。 ★運動強度も高く、慣れている方向けのクラスとなります。 ※スタッフレッスン、プールでのレッスンの内容及び担当者につきましては、別紙にてご確認ください。