

Main schedule table with columns for Day, Time, and days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土, 日). Each cell contains details of activities like 'Aスタジオ', 'Bスタジオ', 'プール', and '遊泳コース' with specific times and instructors.

グループエクササイズ注意事項
※目的や体力に合わせてご自由にご参加ください。
※スタジオへは安全のためモップ清掃後入室ください。
※ドリンク類の持ち込みは、ペットボトル等をお願いいたします。(フタなし容器はご遠慮ください)
※スタジオでのタオルやシューズを使っている場所取りはご遠慮願います。
※他のお客様の場所取りはご遠慮ください。
プール注意事項
※スイムキャップは必ずご着用ください。
※必ずシャワーを浴び、お化粧・髪型・汗を全て落としてからご利用ください。
※アクセサリー・時計・メガネなどの貴金属類は、安全確保の為は必ずしてご利用ください。
※泳泳コース数は、レッスンの参加状況により変動することもあります。
※プールレッスンで2コース以上使用の場合、開始5分前にコースロープを取りはずいたします。
※プールご利用の際は、案内表示にしたがってご利用ください。

整理券を配布するプログラム

スマイルプログラム
どなたでも気軽に参加いただけるプログラムです。

※都合により、担当インストラクター及びプログラムが変更になる場合がございますので、予めご了承ください。(事前にインフォメーションボードにてお知らせいたします。)