

スポーツ教室会員 各位

営業時間変更および教室開講時間変更のご案内

日頃より、すこやかプラザをご利用いただき誠にありがとうございます。

2021年1月7日 緊急事態宣言発出に伴い、施設の営業時間の変更および教室開講時間の変更をさせていただきます。

ご利用の皆様のご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

変更時間 2021年1月14日(木)～
 利用時間 20:00 まで
 対象エリア 大体育室・プール・スタジオ・シャワー
 最終受付 19:15 まで
 退館時間 20:15 完全退館
 教室開講時間 20:00 終了

(レッスンとシャワー使用終了がプールと一部スタジオの終了と同時刻のため、ご利用時間にご注意ください)

スイミング教室

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
18:30	学童上級② 17:30-19:00	休館日	学童上級② 17:30-19:00	学童上級② 17:30-19:00	学童上級② 17:30-19:00	初めて平泳ぎ 18:30-19:00	
19:00	バタフライ 初級 クロール 中級		腰痛ケアアクア 19:00-19:30	アクアウォーキング 19:00-19:30	各種目 フォーム練習 19:00-19:45	各種目 フォーム練習 19:00-19:45	スイム 中級
19:30	19:00-19:45		クロール 初級 バタフライ 初級	背泳ぎ 初級 平泳ぎ 初級	19:30-20:15	初めてバタフライ 19:45-20:15	スイム上級 (マスターズ) 19:45-20:30
20:00	脂肪バイバイ 19:45-20:15		19:30-20:15	19:30-20:15	19:30-20:15	19:45-20:15	
20:30	クロール 初級 スイム 中級 20:15-21:00		20:15-21:00	20:15-21:00	20:15-21:00	20:15-21:00	

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
18:30	バタフライ 初級 クロール 中級 学童上級② 17:30-19:00	休館日	クロール 初級 バタフライ 初級 学童上級② 17:30-19:00	背泳ぎ 初級 平泳ぎ 初級 学童上級② 17:30-19:00	各種目 フォーム練習 学童上級② 17:30-19:00	各種目 フォーム練習 スイム 中級 18:30-19:15	
19:00	18:30-19:15		18:30-19:15	18:30-19:15	18:30-19:15	18:30-19:15	
19:30	クロール 初級 スイム 中級 19:15-20:00		アクアピクス 19:15-20:00	バタフライ 初級 スイム 上級 19:15-20:00	背泳ぎ 初級 クロール 中級 19:15-20:00	スイム上級 (マスターズ) 19:15-20:00	
20:00	20時営業終了		※18:30以降に開始するクラスについては、フリープログラムの休止・レッスン時間の変更があります。				
20:30			日曜日に変更はありません。				

スタジオ教室

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
18:30		休館日					
19:00	オリジナル体操		ピラティス 19:00-19:45	太極拳 19:00-20:00	ボディバランス 19:15-20:00	ショートEX 19:00-19:30	
19:30	ボディバランス 19:00-19:45		19:50-20:10	19:50-20:10	19:50-20:10		
20:00	19:15-20:00		19:50-20:10	19:50-20:10	19:50-20:10		
20:30	ボディパンプ 20:15-21:00		20:00-20:45	20:00-20:45	20:00-20:45	20:15-20:45	

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
18:30		休館日					
19:00	オリジナル健康体操		ピラティス 19:00-19:45	太極拳 19:00-20:00	ボディバランス 19:15-20:00	ショートEX 19:00-19:30	
19:30	19:00-19:45		19:00-19:45	19:00-20:00	19:15-20:00		
20:00	19:15-20:00		19:00-19:45	19:00-20:00	19:15-20:00		
20:30	20時営業終了		※19:30以降に開始するクラスについては、プログラムの休止・レッスン時間の変更があります。 土曜日・日曜日に変更はありません。				