

《スタジオ2スケジュール》

DIVA SPORTS CLUB
MIND・BODY・SPIRIT - DIVA WAY -

平成30年 12月～

	月	水	木	金	土	日	
10:00							10:00
10:30		プライベートレッスン 10:00～11:00 岡崎 悦子	ウォーキング教室 【台帳】 10:00～10:45				10:30
11:00							11:00
11:30		プライベートレッスン 11:10～12:10 佐藤 美幸		パーソナル トレーニング 11:00～12:00 谷岡 奈央		サンドバック キックボクシング 【台帳】 11:20～12:00	11:30
12:00				12:15～12:45	12:00～12:30		12:00
12:30		プライベートレッスン 12:20～13:20 岡崎 悦子		プライベートレッスン 佐藤 光彦	筋膜リリース& ストレッチ 【台帳】		12:30
13:00							13:00
13:30							13:30
14:00		プライベートレッスン 13:30～14:30 佐藤 美幸					14:00
14:30							14:30
15:00	ダンス動作の 基礎の基礎 14:30～16:00 谷岡 奈央		パーソナル トレーニング 14:30～15:30 向山 敬子				15:00
15:30		PS/BC枠					15:30
16:00							16:00
16:30		キッズダンス スクール 16:00～17:00 松本 真実					16:30
17:00							17:00
17:30							17:30
18:00							18:00
18:30							18:30
19:00							19:00
19:30							19:30
20:00			PS/BC枠	PS/BC枠		閉館時間 20:00	20:00
20:30						◆各有料レッスンに関して *毎月25日に次月のご予約を 開始致します。 *2階フロントでの受付になり ますので枠を確認後、お申込 み下さい。 *25日が休館日の場合は 前日からの受付となります。 *詳しい料金等は、館内掲示物 又はスタッフまで。	20:30
21:00				プライベートレッスン 20:45～21:45 岡崎 悦子			21:00
21:30		PS/BC枠					21:30
22:00				PS/BC枠			22:00
閉館時間 22:30							

◆事前受付が必要なクラス（【台帳】）

*【台帳】…3Fカウンターにてレッスン開始60分前より受付致します。台帳にお名前を記入の上、時間になりましたらスタジオ2にお集まりください。

◆定員5名・・・筋膜リリース&ストレッチ ◆定員8名・・・その他クラス

*” ” は、初心者の方でも安心してご参加できるプログラムとなります。” ” は、有料クラスとなります。

営業時間 月曜日～土曜日 9:30-22:30 日曜日・祝日 9:30-20:00 休館日 毎週火曜日、夏期、年末年始