

6月スタジオプログラム

	月	火	水	木	金	土	日	
10:00								
11:00	10:20~10:50 エアロ体操 大野	10:30~11:00 らくらくエアロ 広瀬	休 館	10:30~11:00 身体ほぐし体操 内山	10:20~10:50 ゆっくりエアロ 大野	10:20~10:50 ヒーリング ストレッチ 小糸	10:20~10:50 ジャイロキネシス 樋口	
	11:30~12:00 ヒーリング ストレッチ 大野	11:25~11:55 フィットネスヨガ 広瀬		11:25~11:55 らくらくエアロ 内山	11:15~11:45 ヒーリング ストレッチ 大野			11:10~11:40 らくらくエアロ 樋口
13:00					12:55~13:25 ヒーリング ストレッチ 小糸	12:30~13:00 ミットボクシング (有料レッスン) 荒井	12:15~12:45 格闘技 エクササイズ 堀内	
					14:10~14:40 初めてステップ 広瀬		13:40~14:10 ボディシェイプ 堀内	13:30~14:00 コンビネーション エアロ 内山
14:00								
		14:45~15:15 ZUMBA 宮田			15:00~15:30 ファンファン ダンスエアロ 広瀬			14:40~15:10 パレトン 内山
15:00								
16:00								
17:00	17:15~18:15 Jrヒップホップ 教室	17:30~18:30 Jr空手コース				17:30~18:30 Jr空手コース	17:00~18:00 Jr空手コース	
18:00								
	18:45~19:15 ヒーリング ストレッチ 小糸・小林(真)				19:00~19:30 はりきりエアロ 荒井	19:15~19:45 サーキット トレーニング 脇田		
19:00		19:30~20:00 ZUMBA 角谷						
20:00	19:40~20:10 初めてエアロ 荒井			19:50~20:20 コアパワーヨガ 井村	20:05~20:35 キックボックス 脇田			
	20:30~21:00 シェイプビート 荒井							
21:00								
22:00								

スタジオプログラム について

平素よりアクシーMAKIをご利用いただきありがとうございます。
新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、4月からスタジオプログラムを
制限付きで再開しましたが、6月も同じように制限付きでスタジオプログラムを
展開させていただきます。
お客様に安全にご利用いただけるよう、下記の対策を取らせていただきます。
必ずご確認ください。

【スタジオ内の感染予防】

- ・長時間の密閉された空間を作らないため、全レッスン1コマ30分で行ないます。
- ・レッスンとレッスンの間に十分な換気とスタジオ内の消毒を行なうため、
赤い字で記載の時間は、開始時間が変更となっております。
- ・状況に応じて、インストラクターがマスクを着用して対応します。
- ・人数制限を実施する場合がございます。

【利用時のお客様へのお願い】

- ・入館の際はマスクの着用をお願い致します。
- ・館内では、大きな声や近い距離での会話は控え、できる限りお客様同士で
接近しないようにご協力をお願い致します。

また以下の項目に当てはまる方は、入館をお断り致します。

- ①発熱、咳、鼻水、息苦しさ、倦怠感など風邪の諸症状のある方。
- ②過去14日以内に、海外または緊急事態宣言下の都道府県から帰省した
同居者がいらっしゃる方(ご自身も含む)

お客様には大変なご不便をおかけいたしますが、1日も早い通常運営再開に
向けてご協力をお願いいたします。

なお、行政機関の指導や急激な情勢の変化があった場合など、休講や一部
プログラムに変更が生じる場合がございます。ホームページを必ずご確認の上
ご来館ください。