

12/27(金)		
スタジオ	サブアリーナ	プール
10:00		<h1>修 理 中</h1>
11:00	ストリートファンク中級 松岡 10:45-11:45	
12:00	ディスコ45 田井 10:30-11:15	
13:00	シンプルエアロ 藤澤 11:35-12:15	
14:00	からだコンディショニング 藤澤 13:40-14:40	
15:00	ZUMBA 藤澤 12:35-13:20	
16:00	MEGADANZ 30 HIRO 13:45-14:15	
17:00	からだコンディショニング 藤澤 13:40-14:40	
18:00	ポディパンプ 藤瀬 12:30-13:30	
19:00	ポディパンプテク&30 松原 19:15-20:00	
20:00	ポディアタック45 近石 19:15-20:00	
21:00	ポディバランス45※FX 松原 20:20-21:05	
22:00	レスミルズダンス HIRO 20:15-21:00	
23:00	レスミルズパー 松原 21:20-21:50	
	ポディコンバット45 永山 21:15-22:00	
閉館時間 23:00 (運動施設利用時間 22:30まで)		

12/28(土)		
スタジオ	サブアリーナ	プール
10:00		<h1>修 理 中</h1>
11:00	シンプルエアロ 逢坂 10:50-11:30	
12:00	テクニカルエアロ 藤澤 10:30-11:30	
13:00	からだコンディショニング 藤澤 11:45-12:30	
14:00	ヨガ 野上 12:45-13:30	
15:00	MEGADANZ45 HIRO 14:00-14:45	
16:00	ピラティス 早馬 11:45-12:30	
17:00	ポディパンプ 近石 12:45-13:45	
18:00	ポディジャム DJ.YUKA 16:00-17:00	
19:00	ポディコンバット 石川 17:15-18:15	
閉館時間 19:00 (運動施設利用時間 18:30まで)		

♪各レッスンは諸事情により時間・内容・インストラクターが急遽変更する場合がございますので予めご了承ください。
 ♪レッスン途中入場・退場は固くお断りいたします。
 ♪色付きの欄は今回変更したプログラムです。
 ♪祝日等、特別プログラムになる場合がございます。
 ♪定員制のクラスがございます。
 ♪ストレッチボールのクラス定員20名
 ※ストレッチボールを持参の場合は、定員を超えてのご参加が可能です。
 ♪スタジオでのポディパンプ定員は24名です。

年末年始営業スケジュール

日付	営業スケジュール	利用不可のエリア
12月25日(水)	通常営業10:00~23:00	プール/2Fロッカー&浴室が使用できません
12月26日(木)	通常営業10:00~23:00	プール/2Fロッカー&浴室が使用できません
12月27日(金)	通常営業10:00~23:00	プール/2Fロッカー&浴室が使用できません
12月28日(土)	通常営業10:00~19:00	プール/2Fロッカー&浴室が使用できません
12月29日(日)	年末年始休館	
12月30日(月)		
12月31日(火)		
1月1日(水)		
1月2日(木)		
1月3日(金)		
1月4日(土)	通常営業10:00~19:00	プール/2F浴槽利用ができません
1月5日(日)	通常営業10:00~19:00	プール/2F浴槽利用ができません
1月6日(月)	通常営業10:00~23:00	プール/2F浴槽利用ができません
1月8日(水)	通常営業10:00~23:00	プール/2F浴槽利用ができません
1月9日(木)	通常営業10:00~23:00	プール利用ができません
1月10日(金)	通常営業10:00~23:00	プール利用ができません



@VISPOKOTOHIRA.OFFICIAL

instagram



LINE



HP

TEL0877-75-0010
 総合型地域スポーツクラブ
 ヴィスポ ことひら

【営業時間】 [各種受付&利用時間]
 月-金 10:00-23:00 10:00-22:30
 土日祝 10:00-19:00 10:00-18:30
 火 休館日

★テクニック〇〇クラスに参加される場合……テクニッククラス中に次のクラスの場所を確保いただけます。※テクニッククラスはご自由(出入り)に参加いただけます。