

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (10:00 to 23:00). Each cell contains details of the program, including studio name, instructor, and activity type.

~プログラムご参加の方へ~
※プログラムへの途中参加は安全管理上ご遠慮ください。
※体調の優れない時は、プログラムへの参加は控えます。
※プログラムの前後途中の水分補給は積極的に行いましょう。
※都合によりインストラクター、プログラム内容時間が変更になる場合がございます。
館内掲示版・HPにてご案内させていただきますのでご了承ください。
※安全管理上、定員になり次第締め切りさせていただきます。
・スタジオA=50名・スタジオB=30名・スタジオC=28名
スタジオD(バーチャル)=22名
☆プログラム内容、スタジオ・プールご利用の際の諸注意事項については、別紙(スタジオ・プールプログラムのご案内)をご確認ください。

・・・初心者の方でも安心してご参加いただけます。