

お願い ※レッスン開始後の途中入場は、安全及びマナー上ご遠慮ください。 ※皆様が気持ちよくご利用いただけるよう譲り合ってください。



Main lesson schedule table with columns for days (火, 水, 木, 金, 土, 日) and times (9:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:30). Includes various activities like 'メデイカルフィットネス', 'ヨガ', 'ダンス', 'キッズ体育'.

種類の見方 (Class Type Legend)
- リラックス・調整系クラス (Relaxation/Adjustment Class)
- しつかり動くアクティブ系クラス (Active Class)
- ダンスや振付けを楽しむクラス (Dance/Choreography Class)
- 有料クラス (Paid Class)
- 遠赤外線が発汗を促すクラス (Far Infrared Class)

スタジオオンライン予約の操作方法 (Online Booking Method)
- Home icon
- 予約する (Book)
- QRコード (QR Code)
- 予定管理 (Manage Schedule)
- マイページ (My Page)
- 予約するときはこちらから! (Book from here!)
- ログイン中のマーク (これがないと使用できません) (Login mark (cannot use without this))
- 予約の確認や取消はここ (Check/cancel reservation here)

プールのレーン使用について
3レーンプール終了により大変ご不便をおかけいたします。各レッスンの使用レーン数を赤字で記載していますのでご確認をお願いいたします。