

2015.12.23~2015.12.29 冬期短期水泳教室期間中～年末営業 VERDI SPORTS PLAZA STUDIO & POOL PROGRAM

冬季短期水泳教室期間													通常営業				
12月23日(水)													12月27日(日)				
12月24日(木)			12月25日(金)			12月26日(土)			12月28日(月)			12月29日(火)					
時間	野外	スタジオ	2Fジム	プール	スタジオ	2Fジム	プール	スタジオ	2Fジム	プール	スタジオ	2Fジム	プール	スタジオ	2Fジム	プール	時間
10:00																	10:00
10:15																	10:15
10:30																	10:30
11:00																	11:00
11:30																	11:30
12:00																	12:00
12:30																	12:30
13:00																	13:00
13:30																	13:30
14:00																	14:00
14:30																	14:30
15:00																	15:00
15:30																	15:30
16:00																	16:00
16:30																	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																	20:00
20:30																	20:30
21:00																	21:00
21:30																	21:30
22:00																	22:00
22:15																	22:15

冬期短期水泳教室

冬期短期水泳教室

冬期短期水泳教室

冬期短期水泳教室

休館日

1月5日(火)より通常営業

■ function ■ active ■ neutral
■ dance ■ lesmills ■ LB lesson

...初心者・初級向け
 ...カルチャー・技術向上向け
 ...脂肪燃焼・ダイエット向け
 ...LB骨盤・姿勢改善向け

予約レッスン

★スタジオ★
30分前より2Fジムにて予約開始

★2Fジム★
20分前より2Fジムにて予約開始

★プール★
20分前よりプールサイドにて予約開始

スタジオインフォメーション 代筆等のご予約はご遠慮下さいませよう、ご協力お願い致します

★レッスン時、途中入退場は大変危険です。他お客様の集中力が途切れ、怪我につながる恐れもありますのでご遠慮願います。
 レッスン中に体調が悪くなってしまった場合は速やかに退出願います。
 ★レッスン中はインストラクターの指示に従うようお願い致します。また、私語はご遠慮ください。
 ★レッスン終了後は、1度スタジオから退出願います。スタジオリセット作業を行いますので、準備ができ次第インストラクターよりお声掛けさせていただきます。
 ★ステップ・ボディパンプ定員25名になりますので、予約をお願いいたします。
 ★スタジオレッスンにて奇/奇数週・偶/偶数週に記載のレッスンが行われますのでご確認のうえご参加くださいませ。
 ★インストラクターの都合によりレッスン変更・休講等ありますが予めご理解・ご協力お願い致します。

ヴェルディスポーツプラザおゆみの

043(291)5553

千葉市緑区おゆみ野中央4-17-2

休館日：月曜日