



DAIDON SPORTS CLUB



# TIME SCHEDULE

↑↑↑ 変更箇所    ↑↑↑ プレミアカレッジ

	火 (TUE)					水 (WED)					木 (THR)				
	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLES (2F)	ACA (プール)	BAGNET STAGE (ラケットステージNo.1)	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLES (2F)	ACA (プール)	BAGNET STAGE (ラケットステージNo.1)	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLES (2F)	ACA (プール)	BAGNET STAGE (ラケットステージNo.1)
10時		10:00より整理券配布		連続受講			10:00より整理券配布					10:00より整理券配布			
11時	女性限定要予約 定員7名	10:30~11:15 シェイプC 谷 千夏 定員38名					10:30~11:15 ヨガ 黒澤 和美 定員40名		10:15~11:15 DAIDON SWIMMING SCHOOL (ベビースイミング)			10:30~11:15 リトレス 堀 成伸 定員38名		11:00~11:45 アクアエアロ 松尾 薫 定員55名	
12時	11:30~12:15 ファンクショナルボード 杉山 香織 要予約★有料レッスン	11:45~12:30 マットピラティス 沖 圭子 定員40名	11:15より予約受付			11:15より予約受付	11:45~12:30 フットコンディショニング 松尾 薫 定員25名		10:00~18:30 卓球タイム			11:30~12:15 エアロ初級 堀 成伸 定員38名		11:45より整理券配布	
13時		12:30より予約受付				12:30より予約受付	13:00~13:45 ステップエアロ初級 松尾 薫 定員26名		ステップ台の片付けにご協力ください。			12:45~13:25 ヨガ 高山 優美 定員40名		12:15~13:00 ワンポイントスイム(クロール) 中村 仁美 定員26名	
14時		13:00~14:00 通替わりレッスン 香澤 美香	1日 ラテンエアロ 8日 ボディバランス 15日 ラテンエアロ 22日 ボディバランス 29日 ラテンエアロ				14:00~14:45 FIGHT 芝 亜紀 定員26名		13:45~14:30 リストラティブ ヨガ 黒澤 和美 定員14名			12:45~13:15 ストレッチボール 岡田 正輝 定員20名		12:10より予約受付	
15時	14:15より予約受付	14:45~15:30 ヨガ 相澤 晴名 定員40名	10:00~21:00 卓球タイム			14:00~15:30 ストレッチ&サーキット DSC STAFF	13:30より予約受付	15:00~15:45 ハワイアンフラ初級 フラハラウハウオリオア (片書) 定員38名	14:00~15:00 ストレッチ&サーキット DSC STAFF		15:00~16:00 上級曲にチャレンジ!! Ka Lehua Ula フラハラウハウオリオア (片書) 定員20名	14:00~14:45 マットピラティス 原田 理恵子 定員40名	10:00~19:00 卓球タイム	14:30~15:00	
16時	16:00~17:00 ジュニア体操 DSC STAFF					15:30~16:30 ジュニア体操 DSC STAFF	15:30より予約受付	16:00~16:45 ハワイアンフラ中級 フラハラウハウオリオア (片書) 定員38名	15:00~16:10 DAIDON SWIMMING SCHOOL		15:15~16:00 ステップエアロ初級 香澤 美香 定員26名	14:00~14:45 マットピラティス 原田 理恵子 定員40名	15:00~16:10	15:00~16:10 DAIDON SWIMMING SCHOOL	
17時	17:00~18:00 ジュニア体操 DSC STAFF					16:30~17:30 ジュニア体操 DSC STAFF		17:20~18:30	16:10~17:20		16:45~18:15 ジュニアダンス Yacco With Dance Crew	15:15~16:00 ステップエアロ初級 香澤 美香 定員26名	16:10~17:20	16:10~17:20	
18時	要予約 男性もご参加頂けます。 定員7名	18:00より予約受付	ジュニアスイミングレッスンの為、コースを一部制限させて頂いております。			18:00より予約受付	18:00より予約受付	18:00より予約受付	ジュニアスイミングレッスンの為、コースを一部制限させて頂いております。			16:45~18:15 ジュニアダンス Yacco With Dance Crew	17:20~18:30	ジュニアスイミングレッスンの為、コースを一部制限させて頂いております。	
19時	18:00~18:45 ファンクショナルボード 杉山 香織 要予約★有料レッスン	18:45~19:45 エアロ初級 滝井 紀子 定員38名				18:30~19:30 太極拳 大和 <に子 定員26名	18:30より予約受付	18:30~19:30 JAZZ DANCE IYO-P 定員38名	19:00~19:30 サイクルフィット 岡田 正輝 要予約 定員12名		18:45~19:45 ヨガ 相澤 晴名 定員40名	18:00より予約受付	18:45~19:45 ヨガ 相澤 晴名 定員40名	19:30~20:00 サイクルフィット 小倉 敦也 要予約 定員12名	
20時		19:30より予約受付				20:15~21:05 シンプルエアロ/中上級エアロ 滝井 紀子 定員15名	19:30より予約受付	19:40~20:25 JAZZスペシャル振付 Shut Down IYO-P 定員15名	20:00~21:00 卓球タイム		20:15~21:00 Strong body 津山 祐大 定員40名	19:45より予約受付	20:15~21:00 Strong body 津山 祐大 定員40名	20:30~21:00 卓球タイム	
21時							20:15~21:05 シンプルエアロ/中上級エアロ 滝井 紀子 定員15名	プレミアムカレッジ (有料) 2日, 9日, 16日, 23日							

クラスター(集団)感染リスクの3条件(※①換気の悪い密閉空間②人が密集する環境③近距离での会話や発生)を回避するため下記内容にてレッスン運営をさせていただきます。近距離での会話やウイルス飛散を防ぐため、お客様同士およびインストラクターとの間隔を一定距離を確保いたします。また、インストラクターはマスクを着用し、背面での指導を実施いたします。

・スタジオプログラムについて非接触型体温計にて体温測定を実施いたします。・換気を強化いたしますので、ウェアの重ね着などで体温調整をお願いいたします。

・スタジオレッスンご参加のお客様におかれましては、マスクの着用を必ずお願いいたします。・スタジオの窓、入口を開放し常時換気を行います。・使用した用具(マット・ストレッチボールなど)を、レッスンごとに除菌、清掃します。





整理券配布、予約受付、レッスン前受付などが集まる状況では、お客様同士間隔を空けて、会話を控えてお待ちください。皆様のご協力をお願いいたします。



↑↑↑ 変更箇所 ↑↑↑ プレミアカレッジ



# 2022年11月プログラム



	金 (FRI)					土 (SAT)					日 (SUN)				
	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLESTUDIO (2F)	ACAland プール	BAGNET STAGE ラケットステージNo.1	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLESTUDIO (2F)	ACAland プール	BAGNET STAGE ラケットステージNo.1	コミュニティスタジオ (1F)	クラブスタイルスタジオ (2F)	CYCLESTUDIO (2F)	ACAland プール	BAGNET STAGE ラケットステージNo.1
10時	10:00より整理券配布		連続受講												
11時	10:30~11:15 マットピラティス 小山 加代子 定員26名	10:30~11:30 ZUMBA 阿部 裕子 定員38名	10:00より整理券配布	※ワンポイントスイム→アクアレッスンの連続受講を希望される方は、空きがある場合のみご参加頂けます。レッスン終了後、監視スタッフにお声掛け下さい。		10:00より整理券配布	10:30~11:15 ヨガ Mineko 定員40名		10:15~11:15 DAÏDON SWIMMING SCHOOL (ハビースイミング)		10:30~11:30 エアロ中級	10:00より整理券配布	10:00~11:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL		
12時	12:30より予約受付	12:00~12:45 コアシェイプストレッチ Itsuko 定員40名	11:30より予約受付	11:00~11:45 ワンポイントスイム(背泳ぎ) 岩本 圭介 定員26名		10:00より整理券配布	12:00~12:45 リトス 芝 亜紀 定員38名		11:30~12:15 Weekly お楽しみアクア 定員55名	11:00~11:20 整理券配布	11:45~12:30 シェイプC	10:00より整理券配布	11:10~12:20 ジュニアスイミングレッスンの為、コースを一部制限させて頂いております。		
13時	13:00~13:45 Strong body 津山 祐大 定員26名	13:00~14:00 Hip Hop JAZZ Itsuko 定員38名	12:30より予約受付	12:15~13:00 週替わりレッスン 小山 加代子 アクアエアロ/ボール/35名		12:45より予約受付	13:15~14:00 ポティコンディショニング 谷 千夏 定員38名		12:30~13:00	5日 シェイプアクア 相原IR 谷IR 12日 アクアエアロ 相原IR 谷IR 19日 シェイプアクア 相原IR 谷IR 26日 アクアエアロ 谷IR	12:30より予約受付	13:00~13:45 ヨガ 沖 圭子 定員40名	10:00~18:00 卓球タイム	13:30~14:15 ウォーキングアクア 芝 亜紀 定員55名	13:00より整理券配布
14時				4日 アクアエアロ 11日 ボールでアクア 18日 アクアエアロ 25日 ボールでアクア			14:00~15:00 ジュニアバレエ		14:00~15:00 DAÏDON SWIMMING SCHOOL		14:15~15:00 週替わりレッスン 沖 圭子 定員38名/ピラティス40名	13:45より予約受付			
15時				14:00~15:30 ストレッチ&サーキット			14:30~15:15 マットピラティス 坂田 寧美 定員40名		15:00~16:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL	要予約 定員12名	15:15より予約受付	15:30~16:15 Strong High 津山 祐大 定員30名	15:00~16:00 サイクルフィット 岡田 正輝	6日 バレトン 13日 マットピラティス 20日 バレトン 27日 マットピラティス	レッスン定員人数、WEB予約：当日受付 8：2の割合となっています
16時				15:00~16:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL			16:00~17:00 ジュニアバレエ		16:10~17:20	15:30~16:00 サイクルフィット 岡田 正輝	15:00~16:10	15:30~16:15 Strong High 津山 祐大 定員30名	16:00~17:00 ジュニアバレエ		ステップ台の片付けにご協力ください。
17時				16:10~17:20			17:00~18:00 ジュニアバレエ		16:10~17:20	16:30~21:00 卓球タイム	16:10~17:20	15:45~16:30 バリーダンス Nobuyo 定員26名	17:00~18:00 ジュニアバレエ		
18時	18:00より予約受付	18:45~19:30 週替わりレッスン 沖 圭子 定員26名	18:30より予約受付	17:20~18:30 ジュニアスイミングレッスンの為、コースを一部制限させて頂いております。			18:15~19:15 バレエ基礎レッスン グイド麻里絵 定員10名		18:30~19:15 FIGHT フェイトフ 秋葉 佑大 定員38名	18:00より予約受付	19:30~20:30 エアロ初級 小畑 知道 定員38名	19:30~20:30 エアロ初級 小畑 知道 定員38名	18:30~19:15 FIGHT フェイトフ 秋葉 佑大 定員38名		
19時				18:30より予約受付			19:30~20:30 エアロ初級 小畑 知道 定員38名		20:40~21:25 マルチSTEP 小畑 知道 定員12名				19:30より予約受付		
20時				19:30より予約受付			20:40~21:25 マルチSTEP 小畑 知道 定員12名								
21時															
22時															

**DAÏDON SPORTS CLUB**  
 〒250-0872 小田原市中里3 1 3-9 ☎0465-47-4715  
**【営業時間】** ・火~土曜日 10:00~22:00 ・日曜日 10:00~19:00  
 ・月曜日：祝日の場合は日曜日と同じ営業時間で営業いたします。  
 ◆当面の間、ダイドーの日(同伴ビジター招待)は中止いたします。

- 安全なクラス運営を図るため、①レッスン開始後の入場・レッスン中の途中退場はご遠慮ください。②レッスンの人数制限をしております。より多くの方にレッスンにご参加いただけるよう、定員に達していない場合以外の連続参加はご遠慮ください。
- 連続受講について、「WEB予約から当日予約」、「当日予約からWEB予約」、「WEB予約からWEB予約」での利用は、連続受講に該当するレッスン同士では禁止と致します。尚、WEB予約済みレッスンまたは、当日予約済みレッスン(整理券)の1本前のレッスンが定員に達していない場合は、レッスン5分前の連続受講の次に入場となり受講が可能です。また、定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。
- 定員人数：各レッスン毎に記載(WEB予約方法については別紙ご案内プリントがございます)
- スタジオレッスンの参加方法(全レッスン定員予約制)→WEB予約、又は当日予約となります。当日予約受付は1階フロントにてレッスン開始30分前よりスタート致します。
- ・予約受付時間より各レッスンの参加芳名帳へお名前のご記入を頂きますので、整理案内に従ってお待ちください。整理場所には予約受付時間が早いレッスンより順にお並びいただけます。同時に2つ以上のレッスン当日予約は行いませんのでご了承ください。
- ※予約受付時間より前に多数の会員様が整理された場合は、密集・密接を防ぐ為、受付開始時間より早く予約受付をスタートする場合がございます。
- ※予約受付時間より前に会員様が当日予約人数に達した場合は、受付を締切の場合がございます。
- ・WEB予約の方は、レッスン開始15分前に2Fスタジオ、又は1Fフロント前で受付、スタッフが順番にご案内します。(検温・消毒→WEB予約順に入場)
- ・当日レッスン予約の方は、レッスン開始10分前に2Fスタジオ、又は1Fフロント前で受付→検温→名前の確認(ご記入)→入場となります。
- ・密集・密接を避ける為に整理時、及びスタジオ入場前は間隔を空けてお待ち頂き、会話は控えていただくようお願い致します。
- アクア、スイムレッスンは1階フロントにて、レッスン予約受付時間より当日予約のお客様へ整理券を配布致します。
- ・WEB予約の方は、レッスン開始15分前にプールで受付となります。
- ・当日レッスン予約の方は、レッスン10分前にプールサイドにて整理券回収→検温→名前の記入→レッスンご参加となります。
- ・受付開始時間まではプールサイドにてお客様同士の間隔を空けて、会話は控えて整理してお待ちください。
- サイクルレッスン、ファンクショナルボード(有料)、ストレッチ&サーキットはフロントにて事前にご予約下さい。(お一人様1回まで)レッスン開始15分前よりスタジオにご入場頂けます。スタジオ入場・退出時に手指の消毒をお願い致します。
- 非接触型体温計による体温測定を実施します。体調の優れない場合は、プログラムの参加はお控えください。
- お客様同士、インストラクターとの距離を保つ為に、スタジオ内での受講場所を指定させていただきます。

LINE登録募集中!

プレミアカレッジ (有料)  
 5日, 12日, 26日

プレミアカレッジ (有料)  
 5日, 12日, 19日, 26日