



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)	CYCLESIDE (2F)	ACA Land 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)	CYCLESIDE (2F)	ACA Land 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)	CYCLESIDE (2F)	ACA Land 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	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				10:00より整理券配布	10:30~12:00 ストレッチ&サーキット 黒澤 和美 定員40名		10:15~11:15 DAIDON SWIMMING SCHOOL (ベビースイミング)		10:00より整理券配布	10:30~11:15 RHYTHM リーゼス 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			11:20より予約受付	11:50~12:35 フットコンディショニング 松尾 薫 定員25名				11:45~12:15 骨盤調整ストレッチ 岡田 正輝 定員26名	11:30~12:15 エアロ初級 堀 成伸 定員38名		12:15~13:00 ワンポイントスイム (平泳ぎ) 中村 仁美 定員26名	
13時	12:30より予約受付	13:00~14:00 通替わりレッスン 香澤 美香		6日 ラテンエアロ 13日 ボディバランス 20日 ラテンエアロ 27日 ボディバランス		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。			12:45~13:15 ストレッチボール 岡田 正輝 定員20名	12:40~13:25 ヨガ 高山 優美 定員40名		11:45より整理券配布	
14時		ラン38名/ボディ40名				14:00~14:45 FIGHT 芝 亜紀 定員26名		10:00~18:30 卓球タイム			12:15より予約受付	14:00~14:45 マットピラティス 原田 理恵子 定員40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			14:30~15:00 ストレッチ&サーキット					13:30より予約受付	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ロア (片倉) 定員20名		10:00~19:00 卓球タイム	
16時	16:00~17:00 ジュニア体操 DSC STAFF					15:00~15:45 ハワイアンフラ初級 フラハラウハウオリロア (片倉) 定員38名					14:00~15:00 ストレッチ&サーキット	15:00~16:10 DAIDON SWIMMING SCHOOL		14:30~15:00	
17時	17:00~18:00 ジュニア体操 DSC STAFF					16:00~16:45 ハワイアンフラ中級 フラハラウハウオリロア (片倉) 定員38名	女性限定要予約 定員15名					プレミアカレッジ (有料) 1日, 15日, 29日		15:00~16:10 DAIDON SWIMMING SCHOOL	
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				18:00より予約受付						16:45~18:15 ジュニアダンス Yacco With Dance Crew		16:10~17:20	
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						18:00より予約受付	18:45~19:45 ヨガ 相澤 晴名 定員40名	17:20~18:30	
20時		20:00~20:45 FIGHT 秋葉 祐大 定員38名	19:30より予約受付			18:00より予約受付						19:30~20:00 イージーサイクル 小倉 敦也 要予約 定員12名		19:30~20:00 イージーサイクル 小倉 敦也 要予約 定員12名	
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						20:15~21:00 Strong body 津山 祐大 定員40名		20:30~21:00 卓球タイム	
22時												19:45より予約受付			

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近距離での会話や発生)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9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)	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												
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 イワタ オサム 定員38名	10:00より整理券配布	10:00~11:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL		
12時	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	11:30より予約受付	11:00~11:45 ワンポイントスイム(パタフライ) 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			11:45~12:30 シェイプC イワタ オサム 定員38名	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	13:00~14:00 Hip Hop JAZZ Itsuko 定員38名	12:30より予約受付	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 定員26名		12:45より予約受付	13:15~14:00 ボディコンディショニング 谷 千夏 定員38名	12:30~13:00			13:00~13:45 ヨガ 沖 圭子 定員40名	12:30より予約受付	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	14:15~15:15 DANCE スキル Up Itsuko 定員10名	10:00~21:00 卓球タイム		2日 アクアエアロ 9日 ボールでアクア 16日 アクアエアロ 23日 ボールでアクア 30日 アクアエアロ	14:00~15:30		14:30~15:15 マットピラティス 坂田 寧美 定員40名	13:00~14:00			14:15~15:00 週替わりレッスン 沖 圭子 定員38名/ピラティス140名	13:45より予約受付			
15時	プレミアカレッジ (有料) 9日, 16日, 30日			14:30~15:00 ストレッチ & サーキット	14:00~15:00 ジュニアパレエ		15:00~16:00 ジュニアパレエ	14:00~15:00 DAÏDON SWIMMING SCHOOL			15:30~16:15 Strong High 津山 祐大 定員30名	15:00より予約受付	15:00~18:00 卓球タイム		
16時				15:00~16:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL	15:00~16:00 ジュニアパレエ		16:00~17:00 ジュニアパレエ	15:00~16:10 DAÏDON SWIMMING SCHOOL			15:45~16:30 パリーダンス Nobuyo 定員26名				
17時				16:10~17:20	16:00~17:00 ジュニアパレエ		17:00~18:00 ジュニアパレエ	16:30~21:00 卓球タイム							
18時	2日 パレトン 9日 マットピラティス 16日 パレトン 23日 マットピラティス 30日 パレトン			17:20~18:30	17:00~18:00 ジュニアパレエ		18:15~19:15 パレエ 基礎レッスン								
19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	18:15~19:15		18:45~19:30 FIGHT BOX ファイトワ 秋葉 祐大 定員38名								
20時	18:30より予約受付			19:00~19:45 FIGHT BOX ファイトワ 芝 亜紀 定員38名	19:15より予約受付		19:45~20:45 月替わりレッスン エアロ初級 小畑 知道 定員38名								
21時				19:30より予約受付											

レッスン定員人数	WEB予約人数	当日受付人数
20名	16名	4名
25名	20名	5名
26名	21名	5名
30名	24名	6名
35名	28名	7名
38名	30名	8名
40名	32名	8名
55名	44名	11名

■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皆様のご協力をお願い致します。

■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。

DAÏDON SPORTS CLUB

〒250-0872 小田原市中里313-9 ☎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。

◆当面的間、ダイダーの日(同伴ビジター招待)は中止いたします。

LINE登録募集中!

www.daidoh-s.com/