

# 2021年5月エイムブルーゲートタイムテーブル

2021年4月20日現在

	月			火			水			木			金			土			日		
	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	A	B	ジム	休館日			A	B	ジム	A	B	ジム
10	10:30-11:30 ヨガ (パワー) 構井 晃道		10:30-10:50 筋膜リリース	10:30-11:15 Latin Express con Salsa® 景浦 聡子	10:30-11:15 ヨガ45 (リラックス) Sayuka		10:30-11:15 パレトン 高岡 直世	10:30-11:15 ホットヨガek Haruka	10:30-10:50 筋膜リリース	10:20-11:20 ピラティス 金田 大治郎	10:30-11:15 サーフ フィット 味戸 百合子				10:30-11:30 ヨガ 野渡 尚子	10:30-11:15 サーフ フィット Sayuka		10:15-11:15 ヨガ 奈子	10:30-11:15 サーフ フィット		
11		11:30-12:30 美彩心							11:10-11:30 オムニアルードス												
12	12:00-12:45 ジャズダンス 構井 晃道			11:45-12:30 ベーシック ステップ45 景浦 聡子	12:00-12:45 ホットヨガek 味戸 百合子					11:45-12:30 BODY BALANCE45FX 萩元 陽介	11:50-12:35 BODY ATTACK45 金田 大治郎	11:45-12:30 ホット カラーゲンヨガ 野渡 尚子			12:00-13:00 週替わり レッスン				12:00-12:45 BODY ATTACK45 村山 雄大		
13	13:15-14:15 リトモス 進藤 悦夫			13:00-13:30 BODY PUMP30 和田 里穂			13:00-13:45 BODY JAM45 小林 玲子	12:45-13:30 ホット カラーゲンヨガ Haruka		13:05-13:35 LesMills CORE 金田 大治郎	13:15-13:35 ポールストレッチ					13:15-14:00 ホットヨガdo Sayuka			13:15-14:15 BODY PUMP	13:45-14:45 美彩心	
14				14:00-14:30 BODY COMBAT30 和田 里穂				14:00-15:00 美彩心 Haruka													
15	14:45-15:45 ピラティス 進藤 悦夫	14:45-15:30 サーフ フィット 味戸 百合子										14:30-15:15 ホットヨガdo 大石 修子									
16																					
17	<p>下記のプログラムは参加方法が通常と異なりますので確認の上ご参加ください</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;"> <p><b>ホットヨガ参加方法</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●20名の定員となります(3名BLUE ROSE会員)</li> <li>●レッスン20分前にスタジオ前にてチケットを配布致します。</li> <li>●レッスンにはバスタオル、フェイスタオル、500ml以上の水分が必要となります。</li> <li>※荷物による、場所取りは禁止とさせていただきます。 ※祝日の際は翌々週の予約可能。</li> </ul> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>GRIT参加方法 要予約</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●25名の定員となります。</li> <li>●対象クラスの1週間前のクラスが始まり次第フロント又は、お電話にて予約受付可能です。</li> <li>●当日クラス前にフロントにてチケットをお受け取り下さい。</li> </ul> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>レズミルズプログラム参加方法 整理券配布</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●全プログラム35名の定員となります。</li> <li>●チェックイン時フロントで整理券をお取りください。</li> <li>●レッスン開始20分前にスタジオ入場番号の記載された紙をAスタジオ前とジムエリアに掲示いたします。番号の書いた丸シールが館内に貼ってあるので枠内に立って、お待ちください。</li> </ul> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>整理券配布時間について 整理券</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●平日 18:30以降のレッスンは当日18:00より配布。</li> <li>●土曜 15:00以降のレッスンは当日14:00より配布。(13:50より整理可能となります。)</li> <li>●日曜 14:45~BODYCOMBATの整理券は当日13:30より配布。(整理はご遠慮ください)</li> </ul> </div> <div style="width: 20%;"> <p><b>BLUEROSE 専用クラス</b></p> <p>青色のクラスはBLUEROSE会員専用クラスとなります。(女性限定) ※別途フロントにてお申込みが必要となります。</p> </div> </div>																				
18																					
19	18:45-19:45 ヨガ (リラックス) 七美	19:00-19:45 サーフ フィット 土屋 実菜		19:00-19:45 BODY JAM45 小林 玲子	19:00-19:45 ホットヨガdo 七美		19:00-19:45 エンジョイ エアロ45 野村 かおり	19:00-19:45 サーフ フィット 和田 里穂						19:30-20:15 ZUMBA Meg							
20	20:15-21:15 BODY ATTACK 渡辺 律子	20:15-21:00 ホット カラーゲンヨガ 土屋 実菜		20:15-21:15 BODY COMBAT 金田 大治郎	20:15-21:00 サーフ フィット 小林 玲子		20:15-21:15 BODY PUMP 谷 顕真	20:15-21:00 ホットヨガek 野村 かおり		20:45-21:30 BODY ATTACK45 小島 一球											
21				21:45-22:30 BODY PUMP45 金田 大治郎			21:30-22:30 美彩心 野村 かおり														
22	21:45-22:15 LesMills CORE 渡辺 律子									22:00-22:30 GRIT 小島 一球											

**※週替わり、レッスン内容・担当者・カテゴリーに関しまして**  
毎月20日に、HP、LINE、館内掲示にてご案内となります。  
【対象レッスン】  
(土)12:00~ 週替わりレッスン  
(日)10:30~ サーフフィット (日)13:15~ BODY PUMP  
(日)13:45~ 美彩心  
(水)21:45~ GRIT (木)22:00~ GRIT

**LINE@** 店舗情報や代行情報など  
LINE公式アカウントで配信しています  
QRコード又は『AIM BLUEGATE』から  
友達追加して下さい♪

調整系プログラム  
有酸素系プログラム  
トレーニング系プログラム  
ダンス系プログラム

祝日は18時まで終了するレッスンのみと致します。(ジムレッスン・ポールストレッチはありません)赤枠で囲んであるレッスンは、カテゴリー、時間、担当者変更のいずれかです。