

2026.10~12

■休館日(毎週水曜日) ■祝日営業日:デイトム・デイトムプラス・ビジネスナイト会員以外の方がご利用頂けます。

※キッズスペース空き時間は、フリースペースとしてご利用できます。
(30分単位で予約可、受付にて当日予約) イベント等でご利用できない場合もございます。

●レッスンスケジュールは館舎により変更になる場合がございます。
※安全の為、レッスン開始後のご入場はご遠慮ください。
※**授日は特別プログラム**となります。
※【スタジオチェックイン】レッスン開始30分前より3Fジムにある専用端末にて
お申し込みます。
◎チェックインはレッスン開始時間まで可能です。
◎スタジオへの入室は15分前からとなります。

■マークについて…

… 初心者向けのプログラムです。
初めての方でも安心してご参加いただけます。

Hot 暖 ... 室温を HOT に

暗 … 普段のレッスンを暗闇化！視覚を制限することで五感を研ぎ澄まし、集中した状態での新感覚トレーニング！
他人の目を気にせずにハイテンションで楽しみましょう！

●レッスン参加にはオンライン予約が必要となります。
【予約本数】同時予約8本まで
【予約開始スケジュール】当日を含む1週間先までの予約可(予約開始時間7:00～)
【予約キャンセルと締切】キャンセル締切/レッスン開始15分前まで
予約締切 /レッスン開始5分前まで

- キッズスペースのご予約はご利用されたい時間帯の1時間前よりレセプションにて受付しております。
- キッズスペースには音響機材がございません。ご利用されたい場合は、各自でご用意ください。
- キッズスペースでは鏡の設置ができません。

- 各プールレッスンは、参加人数により使用レーン数を調整する場合がございます。
- アクアビクスレッスンにつきましては、参加者が35名を超える場合
スイミングプールを使用する場合がございます。予めご了承ください。
- ダイビング練習会

(月)15:00～15:45/(土)11:00～11:45 ※1・3週目のみ実施

代行情報

大室室原店