



OSKスポーツクラブ岡山

フィットネス GWスケジュール 2023

日程	営業時間	プールレッスン	スタジオレッスン
4/29(土)祝	ジムエリア 24h プール 10:00~18:45 フロント 8:30~20:00 温浴施設 10:00~19:45 プラザ館 10:00~20:00	2F プール 17:30~18:30 マスターズスイム 米林	【A スタジオ】 10:50~12:20 JSA ボールエクササイズ 松永 12:50~13:40 バレトンソールシンセシス 米林 14:00~15:00 プレイシングヨーガ 米林
4/30(日)~5/2(火)	通常通り	通常通り	通常通り
5/3(水)祝	ジムエリア 24h プール 10:00~18:45 フロント 8:30~20:00 温浴施設 10:00~19:45 プラザ館 10:00~20:00	レッスンなし	【アリーナ】 11:00~11:50 ZUMBA 折戸 【A スタジオ】 11:00~11:50 ピラティスベーシック 篠原(幸) 12:10~13:00 初級ダンスエアロ バーチャル 13:30~14:30 瞑想ヨーガ YOU 15:00~15:30 BARRE バーチャル 15:40~16:10 BODY ATTACK バーチャル 16:20~16:50 SH' BAM バーチャル 17:00~17:30 BODY BALANCE バーチャル 17:40~18:10 BODY COMBAT バーチャル 18:20~18:50 LESMILLSCORE バーチャル ※スポーツクラス卓球は通常通り ※ジムショートレッスンは休講
5/4(木)祝	ジムエリア 24h プール 10:00~18:45 フロント 10:00~20:00 温浴施設 10:00~19:45 プラザ館 10:00~20:00	2F プール 11:40~12:10 アクアビクス 堀口	【A スタジオ】 10:40~11:10 BODY BALANCE バーチャル 11:20~12:05 SH' BAM バーチャル 12:15~13:00 BODY COMBAT バーチャル 13:10~13:55 BODY PUMP バーチャル 14:15~14:45 LESMILLS CORE バーチャル 14:55~15:25 BARRE バーチャル 15:45~16:48 コンディショニングヨガ バーチャル 17:10~17:55 LESMILLSCORE バーチャル 18:05~18:50 BODY COMBAT バーチャル ※スポーツクラス卓球は通常通り ※ジムショートレッスンは休講
5/5(金)祝	ジムエリア 24h プール 10:00~18:45 フロント 10:00~20:00 温浴施設 10:00~19:45 プラザ館 10:00~20:00	2F プール 11:20~12:10 上級スイム 平岡	【A スタジオ】 10:50~11:30 リズム体操 佐々木 11:50~12:50 インナーシェイプヨガ バーチャル 13:00~13:45 初中級ラテンエアロ バーチャル 14:10~14:55 LESMILLSCORE バーチャル 15:20~15:50 BODY ATTACK バーチャル 16:00~16:30 BARRE バーチャル 16:40~17:10 BODY COMBAT バーチャル 17:20~18:05 SH' BAM バーチャル 18:15~18:45 LESMILLS CORE バーチャル ※スポーツクラス卓球は通常通り ※ジムショートレッスンは休講
5/6(土)	通常通り	通常通り	通常通り

※変更した予定は、上記表へ追記してご案内いたします。