



OSKスポーツクラブ岡山

フィットネス GWスケジュール 2022

日程	営業時間	プールレッスン	スタジオレッスン
4/29(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	2Fプール 10:30~11:15 初級スイム 名古屋	Aスタジオ 10:50~11:30 リズム体操 佐々木 11:50~12:40 ピラティスベーシック+ 米林 13:00~13:30 SH'BAM バーチャル 14:00~15:00 セルフコンディショニング 米林 16:00~16:30 BAREE バーチャル 16:50~17:20 LES MILLS CORE バーチャル 17:40~18:10 BODY COMBAT バーチャル ※ジムショートレッスンは休講です ※スポーツクラス卓球は休講となります
4/30(土)	通常通り	通常通り	通常通り
5/1(日)	通常通り	通常通り	
5/2(月)	通常通り	通常通り	19:35~20:20 テクニカルエアロ Lo →SH'BAM バーチャル ※上記以外は通常通り ※ジムショートレッスンは休講です
5/3(火)祝	通常通り	—	—
5/4(水)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	2Fプール 10:30~11:15 上級スイム 赤瀬	Aスタジオ 11:00~11:50 ピラティスベーシック 本荘 13:30~14:15 SH'BAM バーチャル 15:10~15:40 BODY BALANCE バーチャル 16:00~16:30 LES MILLS CORE バーチャル 16:50~17:20 BODY COMBAT バーチャル 18:00~18:30 GRIT CARDIO 笠原 ※ジムショートレッスンは休講です ※スポーツクラス卓球は通常通り
5/5(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	2Fプール 11:30~12:00 アクアビクス 堀口	アリーナ 11:05~11:35 はじめてエアロ 緋田 Aスタジオ 10:30~11:10 KABUKI フィットネス 富田 11:50~12:40 セルフコンディショニング 米林 13:00~13:30 LES MILLS CORE バーチャル 13:50~14:20 BARRE バーチャル 14:45~15:30 SH'BAM バーチャル 16:40~17:10 BODY BALANCE バーチャル 17:30~18:00 LES MILLS CORE バーチャル 18:20~18:50 KABUKI フィットネス 富田 ※ジムショートレッスンは休講です ※スポーツクラス卓球は通常通り
5/6(金)	通常通り	通常通り	通常通り

※変更がある場合は上記表へ追記してご案内いたします。