

時刻	火		水		木		金		土		日		時刻
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	小スタジオ	プール	スタジオ	プール	
10:00													10:00
11:00													11:00
12:00													12:00
13:00													13:00
14:00													14:00
15:00													15:00
16:00													16:00
17:00													17:00
18:45													18:45
19:00													19:00
20:00													20:00
21:00													21:00
22:00													22:00

¥

券

大

小

フ

ウ

多

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

★

表示説明

- 小 小スタジオで行います。
- 大 大スタジオで行います。
- フ フリーエリアで行います。
- ウ ウォーキングエリアで行います。
- 多 多目的ルームで行いません。
- ★ 運動の強さを示しています。
- 内履きシューズが必要です。

¥ 有料プログラムです。1回310円。

スタジアムカウンターにて、1回料金をキーバンドに課金しますので、精算時にお支払いください。回数券3,100円(11回)は、受付でお求めください。

券 参加券が必要なプログラムです。

~とやま健康パーク インフォメーション~

●プログラムのご参加には、健康スタジアム利用料が必要です。	●大スタジオの準備は、プログラム開始時刻15分前からです。
●運動前後のストレッチや水分補給、着替えをこまめに行うなど体調管理にお気をつけください。	●都合によりプログラム内容や時間、インストラクターが変更となる場合がございます。
●小スタジオ入室は、開始時刻5分前からです。原則、プログラム開始後の入退室はご遠慮願います。	●変更の際は、館内掲示にてご案内させていただきます。
●小スタジオ定員数は、40名です。(大スタジオは、定員制限なし)	●ご不明な点がございましたら、お気軽にスタッフまでお声をかけてください。
●小スタジオ入室待ちの際は、事前の準備を全て済ませてからお並びください。シューズ・荷物での場所取りは、ご遠慮ください。	

祝日短縮営業プログラム予定日

9月17日(月) 敬老の日
9月24日(月) 秋分の日 振替休日
休館日
9月/3日・10日・18日・25日
10月/1日・9日・15日・22日・29日