

# 4月 ティップネス川口

|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
| 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 |    |    |    |

■ 休館日 ■ 祝日

【営業時間】平日 9:00~23:00  
 土曜 8:00~22:00  
 日曜 8:00~20:00  
 祝日 9:00~20:00  
 [TEL] 048-242-0381  
 [休館日] 毎週木曜

- 都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合があります。
  - 祝日は特別スケジュールとなります。
  - 店舗別・プログラム別のタイムスケジュール、代行インストラクターの最新情報は施設内の掲示板もしくは iTIPNESS でご確認ください。
  - 「iTipNESS」なら、最新ニュース・スケジュール確認・代行情報など便利な情報がいっぱい！
- PC・スマートフォン・ケータイから簡単に登録頂けます。ぜひご利用下さい！ <https://i.tipness.co.jp>



iTIPNESS

| 時間    | 月曜日                                    |       |    |     | 火曜日   |       |    |     | 水曜日   |       |    |     | 木曜日   |       |    |     | 金曜日   |       |    |     | 土曜日   |       |    |     | 日曜日   |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|--|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|-------|-------|----|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|       | Aスタジオ                                  | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | プール |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 08:30 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 09:00 | 有料レッスンと20分以下のショートレッスンは予約枠数に含まれません(全曜日) |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23:00 |  |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |       |       |    |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

最終週はマルチステップ(定員25名)に変更となります

休館日

|         | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム (フリースペース) | TRX | トレーニングクラブ |
|---------|-------|-------|--------------|-----|-----------|
| 黄色マーキング | 35    | 30    |              |     |           |
| 青色マーキング | 54    | 42    |              |     |           |
| マーキングなし |       |       | 10           | 8   | 3         |

☆アクアダンス系レッスンコース設定

- ・1~9名/1コース
- ・10~22名/2コース
- ・23~38名/3コース

ご参加の際は予約番号のマグネットを入場済みに変えてご入場下さい。

1コース当たりの人数目安は10~12名様で譲り合ってください。

☆スイムスキル系レッスンコース設定 (無料・有料共に)

- ・1~5名/1コース
- ・6~10名/2コース

どなたでもご参加いただけます。強度を調整しながらお楽しみください。

該当のプログラムに慣れた方向けのクラスです。

NEW...新規導入プログラムです。

有料...有料のプログラムレッスンです。別途お申込み、ご入金が必要です。

予約...予約が必要なクラスです。

オリジナル...店舗オリジナルのレッスンです。

アップデート...振付や音楽が更新されたプログラムです。

※安全性確保のため、各クラスには定員を設けております。

※安全上の理由により、レッスン開始後の途中入場・退場はご遠慮願っております。

※アクアレッスン実施時間でも、プールのフリー遊泳コースをご利用いただけます。