

各エリア 利用者状況 一覧 (2021年4月5日更新)

時間	月曜日 - Monday -		火曜日 - Tuesday -		水曜日 - Wednesday -		木曜日 - Thursday -		金曜日 - Friday -		土曜日 - Saturday -		日曜日 - Sunday -	
	レッスン	ジム	レッスン	ジム	レッスン	ジム	レッスン	ジム	レッスン	ジム	レッスン	ジム	レッスン	ジム
7:00	各曜日とも、朝イチはゆっくりトレーニングできます。													
7:30														
8:00														
8:30														
9:00														
9:30														
10:00								サスペンション トレーニング						
10:30														
11:00														
11:30	ストライク ボクシング							ポールストレッチ						オリジナル バーベルEX
12:00														
12:30	ラディカル パワー			キーマックス				オリジナル バーベルEX						ポールストレッチ
13:00														
13:30														トップライド
14:00	オキシジェノ			トップライド										
14:30														サスペンション トレーニング
15:00														
15:30														オキシジェノ
16:00														
16:30														オキシジェノ
17:00														キーマックス
17:30														
18:00														
18:30														
19:00														
19:30	キーマックス													
20:00				ラディカル パワー										トップライド
20:30														
21:00				体幹トレーニング										ストライク ボクシング
21:30														
22:00														
22:30														

赤枠のクラスは事前予約で定員となる可能性が高いので、ネット予約オプション(¥150円/月額)がおすすめです。

色の定義	
ジム	レッスン
利用人数30名未満	定員に対する参加率 60%未満
利用人数30名以上40名未満	定員に対する参加率 60%以上
利用人数40名以上50名未満	定員に対する参加率 70%以上
利用人数50名以上	定員に対する参加率 80%以上 ※インターネット予約おススメ

■利用人数の算出について
各エリア、時間帯ごとの利用者人数は2021年3月1日～2021年3月31日の平均値より算出しております。混雑状況についてはあくまで目安となりますので、予めご了承ください。

■人数制限の考え方
当施設には運動用マシンが122台準備しており、ソーシャルディスタンスを考慮し、2台で1名の間隔で利用を想定しマシン利用者61名、オープンフィールド16名、ストレッチエリア3名、ロッカー28名を合わせ、108名が理論上の入場可能最大人数となりますが、安全係数を考慮し、入場制限値を100名としております。