

フィットネススタジオ・Gpr フィットネススタジオ営業再開のご案内

平素は和幸カントリー倶楽部をご愛顧賜り、誠にありがとうございます。

弊社は、4月16日、政府の緊急事態宣言の対象地域が全国に拡大されたことに伴い、
現在レッスン休講しておりましたHANA フィットネス・Gpr フィットネスを

6月1日より特別プログラムにて再開と致します。

会員の皆様にはご不便とご迷惑をおかけ致しましたこと、お詫び申し上げます。

レッスン再開時は、新型コロナ感染症対策を行いながらレッスンを実施致します。

- ・3密を避けるため、利用最大人数を6名～8名と致します。
- ・3密を避ける為、ロッカールーム・スタジオ内トイレはご利用不可と致します。
- ・各レッスンのインターバルを15分とし、レッスン間の消毒・換気を徹底致します。
- ・多くのお客様にレッスン参加いただく為、同じインストラクターのクラスは1日1本の利用可と致します。
- ・他のお客様との接触を避けるため、しばらくの間、レッスン道具の使用中止と致します。

(ヨガマット・ストレッチマット・ストレッチポール・バランスボール・ギムボールなど)

※ヨガマット・ストレッチマットはご自身でご用意下さい。フロントにてヨガマットレンタル可 200円(税込)

以下、スタジオへの追加項目です。

【HANA フィットネススタジオにメディテーションスタジオ枚方を追加】

HANA フィットネススタジオのプログラムで「マインドフルネス・メディテーション」が受講可能となりました。心のトレーニングとしてオススメのプログラムですので、ぜひご参加ください。

【自宅をご利用いただける「ホームエクササイズ動画配信」がスタート】

スタジオに来られない場合など、気軽にできるショートプログラムを配信、「肩こり・腰痛予防体操」や、「ボディメイク(筋トレ)プログラム」などを配信致します。ぜひご活用くださいませ。

【6月のスタジオ会費につきまして】

6月分の月会費につきましては、7月分の引き落としの際に合わせてお引き落としさせていただきます。

【6月レッスン予約につきまして】

6月のプログラムは27日(水) 15:00より開始と致します。

【フィットネス退会につきまして】

通常、前月の10日までにお申し込みとなっておりますが、5月末退会希望のお客様は5月31日まで受付を致します。お手続きは直接フロント、もしくは現在特別にメールでも承っております。詳しくはフロントまでお問い合わせください。

[和幸カントリー倶楽部 072-896-1000]

2020年再会時スタジオスケジュール

日	月	火	水	木	金	土	
			休館日		フラダンス 【大柴】 9:00~9:45 定員: 6名		
	ハタヨガ 【日下部】 10:00~10:45 定員: 8名	ベースストレッチ 【鈴木】 10:00~10:45 定員: 8名			ボディメイク 【大曾根】 9:10~9:45 定員: 6名	フラダンス 【大柴】 10:00~10:45 定員: 6名	マインドフルネス メディテーション 【川村】 10:00~10:40 定員: 6名
アシュタンガヨガ 【アドリュ-】 10:30~11:35 定員: 6名	ハタヨガ 【日下部】 11:00~11:45 定員: 8名	ベースストレッチ 【鈴木】 11:00~11:45 定員: 8名			ボディメイク 【大曾根】 10:00~10:35 定員: 6名	ベースストレッチ 【鈴木】 11:00~11:45 定員: 8名	アシュタンガヨガ 【アドリュ-】 10:30~11:35 定員: 6名
アシュタンガヨガ 【アドリュ-】 11:50~12:55 定員: 6名	マインドフルネス メディテーション 【三好】 13:00~13:40 定員: 6名	ベースストレッチ 【鈴木】 12:00~12:45 定員: 8名			ハタヨガ 【島崎】 10:50~11:25 定員: 8名	ベースストレッチ 【鈴木】 12:00~12:45 定員: 8名	アシュタンガヨガ 【アドリュ-】 11:50~12:55 定員: 6名
マインドフルネス メディテーション 【大橋綾子】 13:00~13:40 定員: 6名		太極拳 【山下】 13:00~13:45 定員: 6名			ハタヨガ 【島崎】 11:40~12:15 定員: 8名	ハタヨガ 【日下部】 13:00~13:45 定員: 8名	
		太極拳 【山下】 14:00~14:45 定員: 6名			ウィンヤサヨガ 【上田】 12:30~13:15 定員: 6名		
					ウィンヤサヨガ 【上田】 13:30~14:15 定員: 6名		

2020年再会時スタジオスケジュール

日	月	火	水	木	金	土	
メンフィジ 【川村】 12:00~12:45 定員: 6名			休館日		メディテーション & ストレッチ 【大橋】 12:00~12:40 定員: 6名		
ゴルフボディメイク 【川村】 13:00~13:45 定員: 6名							メンフィジ 【川村】 13:00~13:45 定員: 6名
パッティング 【山口】 14:30~15:10 定員: 3名					メディテーション 【三好】 14:05~14:45 定員: 6名		ゴルフボディメイク 【川村】 14:00~14:45 定員: 6名
メディテーション & ストレッチ 【大橋】 16:00~16:40 定員: 6名	パッティング 【松本】 18:05~18:45 定員: 3名	ゴルフで使いたい 股関節を作る 【中津】 15:05~15:45 定員: 6名					ストレッチ&体幹 【松本】 16:05~16:45 定員: 8名
					ゴルファーの為の 肩甲骨体操 【中津】 19:05~19:45 定員: 8名	メンフィジ 武 【山口】 19:05~19:45 定員: 6名	パッティング 【山口】 18:00~18:40 定員: 3名
	ストレッチ&体幹 【松本】 21:05~21:45 定員: 8名	ゴルファーの為の 肩甲骨体操 【中津】 21:05~21:45 定員: 8名			パッティング 【三好】 20:05~20:45 定員: 3名	パッティング 【中津】 20:00~20:40 定員: 3名	メンフィジ High 【三好】 19:05~19:45 定員: 6名