

8月レッスンスケジュール

宮城県総合運動公園指定管理者
宮城県スポーツ協会・同和興業
・セントラルスポーツグループ

月	火					水			木				金			土		日
	サブプール	プールトレ室	スタジオ	アリーナ	テニスコート	サブプール	スタジオ	テニスコート	サブプール	スタジオ	アリーナ	テニスコート	サブプール	スタジオ	テニスコート	サブプール	スタジオ	スタジオ
9:00																		
10:00																		
11:00																		
12:00																		
13:00																		
14:00																		
15:00																		
16:00																		
17:00																		
18:00																		
19:00																		
20:00																		
21:00																		

休館日

メイン・サブプール水泳大会等イベントによる営業時間変更予定

8/22(土)、8/23(日)、8/29(土)、8/30(日)終日メインプール・サブプール水泳大会貸切となります。※8/29(土)はメインプールのみ大会。
※8/27(木)、8/28(金) 10:00～12:00迄サブプール貸切となります。 ※スイムレッスンはメインプールで実施いたします。

トレーニングルーム・スタジオ 利用中止・レッスン休講のお知らせ

8/15(土)、8/16(土)、8/18(火)、8/19(水)、8/22(土)、8/23(日)、8/25(火)、8/26(水)、8/29(土)、8/30(日)はアリーナでコンサートが開催されるため、周辺道路や駐車場の混雑が予想されます。予めご了承ください。
8/18(火)、8/19(水)、8/25(火)、8/26(水)の18:00以降のスタジオレッスンを受講される方は、プールゲートで受付をしてから、スタジオにご移動ください。よろしくお願いいたします。

競泳開放・イベント開催のお知らせ

8/1(土)11:30～13:30、8/8(土)14:00～17:00 競泳練習開放(メインプールで実施) 会員の方も別途、利用料金が必要。※2名以上でご参加

ジムスモールレッスンのお知らせ

水曜日 9:20～9:40 矢内 金曜日 9:20～9:40 渡邊 トレーニングルームにて実施しております。
会員の方、都度利用会員の方もご参加いただけます。スタジオレッスン前及びトレーニング前の準備運動としてぜひご参加ください。

8月イベント・休館日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
						1
						2
						3
						4
						5
						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
						31

スタジオへの入室は15分前からとなります。

下記のレッスンは予約が必要となります。

※当日レッスン開始30分前から受付開始(トレ室受付)

ステップ 定員15名
パンプアップ/シェイプパンプ 各定員10名
体幹リセット&コンディショニング 定員15名
コアヒーリング 定員15名
上記以外のスタジオレッスン 定員無し

※コンサートによりトレーニングルーム短縮営業になる場合は、スタジオのレッスンも短縮営業となります。予めご了承ください。

●利用時間のお知らせ

プール 平日・土曜 10:00～20:00 日曜・祝日 10:00～17:00
トレーニングルーム 平日・土曜 9:00～21:00 日曜・祝日 9:00～17:00

休館日: 毎週月曜日※月曜日が祝日の場合は翌日

宮城県総合運動公園グランディ・21
セントラルスポーツ宮城G21プール
受付 TEL 022-356-0450