

# フィットネススクール カレンダー

## 2024年度

更新日: 2023/12/28



2024年 1月						
月	火	水	木	金	土	日
1 元旦 年末年始休講	2 振替休日 年末年始休講	3 年末年始休講	4 ①	5 休館日	6 ①	7 ①
8 ①	9 成人の日 ①	10 ①	11 ②	12 休館日	13 ②	14 ②
15 ②	16 ②	17 ②	18 ③	19 休館日	20 ③	21 ③
22 ③	23 ③	24 ③	25 ④	26 休館日	27 ④	28 ④
29 ④	30 ④	31 ④				

2024年 2月						
月	火	水	木	金	土	日
			1 ①	2 休館日	3 ①	4 ①
5 ①	6 ①	7 ①	8 ②	9 休館日	10 ②	11 建国記念日 ②
12 振替休日 ②	13 ②	14 ②	15 ③	16 休館日	17 ③	18 ③
19 ③	20 ③	21 ③	22 ④	23 天皇誕生日 休館日	24 ④	25 ④
26 ④	27 ④	28 ④	29 休講日			

2024年 3月						
月	火	水	木	金	土	日
				1 休館日	2 ①	3 ①
4 ①	5 ①	6 ①	7 ①	8 休館日	9 ②	10 ②
11 ②	12 ②	13 ②	14 ②	15 休館日	16 ③	17 ③
18 ③	19 ③	20 ③	21 春分の日 ③	22 休館日	23 ④	24 ④
25 ④	26 ④	27 ④	28 ④	29 休館日	30 休講日	31 休講日

概要
<p>◆開講スケジュール、定員について◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>基本は毎月1日～28日までのクラスを開講し、29日以降は休講とします。</li> <li>祝日営業の場合、有人営業時間10:00～19:00迄に終了しないクラスは、特別休講になります。</li> <li>※特別休講の際は、該当日より6か月間有効の特別振替となります。</li> </ul> <p>◆フィットネススクール"のみ"にご入会される方へ◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>クラス開始前60分、クラス終了後90分はクラブをご利用いただけます。</li> <li>※会員種別により利用時間の制限がある方にもコーチのルールが適用されます。</li> <li>オンラインレッスンはご自宅でご受講いただけます。</li> <li>クラブでのスタジオレッスンにはご参加いただけません。</li> </ul> <p>◆その他◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>諸事情によりスケジュールが変更になる場合があります。予めご了承ください。</li> <li>変更の際は、館内掲示またはホームページにてご案内いたします。</li> </ul>

TRY nations(トライネーションズ)スクールのみ
<p>◆各レベルについて◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>レベル1(初心者): トレーニングに身体を慣らし、運動を楽しむクラス</li> <li>レベル2(初級): 基礎種目を習得し、苦手な種目の克服を目指すクラス</li> <li>レベル3(中級): 応用種目の習得と、各種目の強度を高めることを目指すクラス</li> <li>レベル4(上級): 全てのエクササイズを力強く実行するクラス</li> </ul> <p>◆ランクについて◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>レベル3、4にのみランクシステムが適用されます。</li> <li>同レベル内での習熟度の差を、ランク1～3の3段階で表現します。</li> </ul> <p>◆進級テストについて◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>進級テストは、進級月であれば受験可能です。(6、9、12、3月が進級月)</li> </ul>

欠席・振替について ●WEB振替システムをご利用ください
<p>◆欠席について◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>欠席登録はレッスン開始1時間前までにご登録をお願いします。</li> <li>事前欠席のお申し出があれば、他の時間のクラスに振替をすることが可能です。</li> </ul> <p>◆振替について◆</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>振替予約はレッスン開始時刻の1時間前まで予約可能です。</li> <li>振替予約のレッスン終了時間以降に、次の振替予約が可能となります。</li> <li>欠席レッスン実施月期(1ヶ月/期)の「翌月最終クラス日」まで有効です。</li> <li>振替予約のレッスン終了時間以降に、次の振替予約が可能となります。</li> <li>欠席レッスン実施月期(1ヶ月/期)の「翌月最終クラス日」まで有効です。</li> <li>同月内で2回まで無料、3回目以降は有料(550円税込/1回)となります。</li> </ul>