

エスフォルタ渋谷 2019年4月スケジュール ※スケジュールの店舗での配布、掲示、HPへの公開は毎月22日 (HPは10:00) となります。(22日が土日祝の場合は直前の平日となります。) スクールやパーソナルの予約関係は従来通り22日となります。

	月		火		水		木		金		土		日		インフォメーション	休館日 営業時間変更
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		
7:00															定 定員数に上限があります。台帳への記入が必要です。【スタジオ】レッスン開始3時間前	◆休館日◆ 4月6日(土) 5月12日(日) 渋谷
15																
30	目覚めのヨーガ														プールプログラムは全て台帳記入制となります。【プール】平日17:00までのクラス→7:00より 平日18:00以降のクラス→17:00より 土日祝12:30までのクラス→7:00より 土日祝13:00以降のクラス→12:00より	4月27日(土) ～29日(月・祝) 市ヶ谷 4月7日(日) 水道橋・赤坂 4月8日(月) 六本木 5月8日(水) 六本木
45	7:30～8:20															
8:00	AI														フロントにて台帳にご記入の上、スタジオ・プールまでお越しください。※台帳記入はご本人のみとさせていただきます。※各定員数につきましては裏面をご覧ください。	◆短縮営業◆ 5月13日(月) 9:00～23:00 渋谷 4月26日(金) 7:00～20:00 4月30日(火) 9:00～20:00 市ヶ谷
15																
30															◆祝日営業時間◆ 4月28日(日) ～5月6日(月) 7:00～20:00 渋谷・水道橋・赤坂・六本木・横浜 5月1日(水) ～5月6日(月) 7:00～20:00 市ヶ谷	◆祝日営業時間◆
45																
9:00	★アンティグラビティにご参加のお客様へ 安全にクラスへご参加いただくために下記のウェアをご用意ください。 トップ: 脇が隠れるもの(キャミソール・タンクトップ不可) ボトム: 膝が隠れるもの、爪先がでるもの(ハーフパンツ・爪先が隠れるタイツ不可)														有料プログラム	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)
15																
30	フレックス	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
45	10:30～11:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
11:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	10:30～11:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
30	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
45	10:30～11:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
12:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	11:40～12:40	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
13:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	12:20～13:20	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
14:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	13:45～14:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
15:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	14:40～15:10井内	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
16:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	15:15～16:15	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
17:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	15:40～16:40	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
18:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	18:30～19:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
19:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	19:00～19:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
20:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	19:45～20:15	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
21:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	20:30～21:30	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		
22:00	スクションヨーガ	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有	＜スイミングスクール＞ ※定員8名 ・3回: ¥3,375(税別) * 外部: ¥6,750(税別) ・2回: ¥2,250(税別) * 外部: ¥4,500(税別)	＜スイミングレッスン＞ ※定員10名 有 ¥1,000(税別)/60分 ・ ¥500(税別)/45分
15	20:40～21:40	変	変	変	定	新	有	有	有	有	有	有	有	有		

4/30(火)は、営業時間短縮の為、
営業開始から、スタジオは15:40～16:40ハイローコンボ初中級
プールは 15:15～16:15パーソナルストレッチ
までのレッスンを開講致します。

LINE@ 登録で代行情報をゲット!
LINE>その他>公式アカウント>エスフォルタ渋谷
で検索>登録!