

アクトス名張

プログラム週間予定表

2026.4月～

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日	金曜日			土曜日			日曜日			
スタジオ	プール	プチレッスン	スタジオ	プール	プチレッスン	スタジオ	プール	プチレッスン		スタジオ	プール	プチレッスン	スタジオ	プール	プチレッスン	スタジオ	プール	プチレッスン	
10:00									休 館										
10:30			10:30~11:30	10:30~11:00		10:30~11:00				10:30~11:30	10:30~11:00		10:30~11:00	9:50~11:00			10:30~11:00	9:50~11:00	
10:45~11:45			10:45~11:45	10:45~11:45		10:45~11:45				10:45~11:45	10:45~11:45		10:45~11:45	10:45~11:45			10:45~11:45	10:45~11:45	
11:00	11:15~11:45		11:00	11:15~11:45		11:00	11:15~11:45			11:00	11:15~11:45		11:00	11:15~11:45			11:00	11:15~11:45	
11:30	はじめて スイム		11:30	はじめて スイム		11:30	はじめて スイム			11:30	はじめて スイム		11:30	はじめて スイム			11:30	はじめて スイム	
12:00			12:00~12:45			12:00~12:45				12:00~12:45			12:00~12:45				12:00~12:45		
12:15~13:00			12:15~13:00			12:15~13:00				12:15~13:00			12:15~13:00				12:15~13:00		
13:00			13:00			13:00				13:00			13:00				13:00		
13:30			13:30			13:30				13:30			13:30				13:30		
13:45~14:15			13:45~14:15			13:45~14:15				13:45~14:15			13:45~14:15				13:45~14:15		
14:00	14:05~14:20		14:00	14:05~14:20		14:00	14:05~14:20			14:00	14:05~14:20		14:00	14:05~14:20			14:00	14:05~14:20	
14:30	14:30~15:00		14:30	14:30~15:00		14:30	14:30~15:00			14:30	14:30~15:00		14:30	14:30~15:00			14:30	14:30~15:00	
15:00			15:00			15:00				15:00			15:00				15:00		
16:00			16:00			16:00				16:00			16:00				16:00		
16:10~16:55			16:10~16:55			16:10~16:55				16:10~16:55			16:10~16:55				16:10~16:55		
17:00~17:55			17:00~17:55			17:00~17:55				17:00~17:55			17:00~17:55				17:00~17:55		
18:30			18:30			18:30				18:30			18:30				18:30		
19:00	19:10~19:15		19:00	19:10~19:15		19:00	19:10~19:15			19:00	19:10~19:15		19:00	19:10~19:15			19:00	19:10~19:15	
19:30	4minutes		19:30	4minutes		19:30	4minutes			19:30	4minutes		19:30	4minutes			19:30	4minutes	
20:00			20:00			20:00				20:00			20:00				20:00		
20:15			20:15			20:15				20:15			20:15				20:15		
21:00			21:00			21:00				21:00			21:00				21:00		
22:00			22:00			22:00				22:00			22:00				22:00		
30			30			30				30			30				30		

- 安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。
- レッスン開始30分前より抽選券を配布致します。レッスン前に回収BOXへご返却ください。
※10:30からのスタジオレッスンは10:10に抽選券を配布致します。
- プールレッスンはレッスン開始30分前より参加カードを配布致します。レッスン前に担当インストラクターにお渡しください。
- 都合により、クラスを変更する場合があります。
- ★は 定員16名。



お知らせメールのご案内

急なレッスン・インストラクター変更や
バラエティーレッスンのお知らせメール
の配信はこちらからご登録頂けます。



タイムテーブルの確認は
www.axtos.com