



各務原

プログラム週間予定表

2026年2月～

月曜日			火曜日			水曜日			金曜日			土曜日			日曜日				
スタジオ	多目的ルーム	プール	スタジオ	多目的ルーム	プール	スタジオ	多目的ルーム	プール	スタジオ	多目的ルーム	プール	スタジオ	多目的ルーム	プール	スタジオ	多目的ルーム	プール		
10:30～11:15 I70ビ`クス初級45 Ramu	12:05～12:10 コレクトtime	12:15～12:45 はじめてスイム	10:30～11:15 BATTLE×BOX45 三宅 華流	11:20～11:25 くひれスイミング	10:20～11:30 マスターズ スイミング スクール (有料)	10:30～11:15 Enjoy★RAMP45 三宅 華流	11:20～11:25 タオルストレッチ	12:35～13:05 アクアピクス30 三宅 華流	10:30～11:30 フラダンス60 岩佐 葉月	11:35～11:40 プラチカchallenge	10:20～11:30 マスターズ スイミング スクール (有料)	10:30～11:15 BAILABAILA 磯村 尚子	10:30～12:15 ジュニア 運動能力向上塾 (有料)	10:15～12:40 ジュニア スイミング スクール (有料)	10:30～11:15 I70ビ`クス初級45 Ramu	12:50～12:55 バクUP	14:00～20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)		
11:30～12:00 B-RAMP30 Ramu			11:30～12:00 B-RAMP30 三宅 華流		11:30～12:15 ピラティス45 三宅 華流	11:45～12:30 I70ビ`クス初中級45 吉田 弥生			11:30～12:00 BOXシリーズ 1,3,5週目SHAPE 2,4週目POWER		11:30～12:30 ヨガ60 Ramu								
13:45～14:45 ヨガ60 吉田 美佐子			12:15～12:45 SHAPE×BOX30 山口 直美		12:30～13:00 POWER×BOX30 山口 直美	12:45～13:15 ZUMBA 吉田 弥生			12:15～12:45 I70ビ`クス初級30 古田 征		15:00～15:30 SHAPE×BOX30 小木曽 辰紀								
15:00～15:45 ZUMBA 内海 可子			13:00～13:30 ADJUST×BOX30 山口 直美		13:15～14:15 BAILABAILA 磯村 尚子	13:30～14:00 ステップ30 吉田 弥生			13:00～13:30 はじめてスイム			15:45～16:30 スイミング練習会							
15:30～18:15 ジュニア 運動能力向上塾 (有料)	15:30～20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)	15:30～20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)	13:45～14:30 I70ビ`クス初級45 加藤 直子	15:30～18:15 ジュニア 運動能力向上塾 (有料)	15:30～20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)	14:30～15:15 YOGA×BOX45 山口 直美	14:20～14:25 美尻ピラティス	14:30～15:40 マスターズ スイミング スクール (有料)	ヨガ60 三宅 華流	14:05～14:10 みんなでロコトレ	14:15～14:45 アクアピクス30 小木曽 辰紀		14:00～20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)	15:00～15:30 SHAPE×BOX30 小木曽 辰紀	15:45～16:30 スイミング練習会	定員40名 ※一部定員数が異なる レッスンがあります レッスン入場開始 10分前	※スタジオレッスンの途中入退場 は安全管理上ご遠慮ください。 ※代行情報は、HPまたは館内掲示を ご確認ください。		
			14:45～15:30 ピラティス45 加藤 直子			14:30～15:15 YOGA×BOX45 山口 直美			ヨガ60 三宅 華流										
			19:45～20:30 BAILABAILA 後藤 清美			19:45～20:30 1,3,5週目ヨガ 2,4週目ピラティス 吉田 美佐子			19:45～20:15 バラエティ30			19:45～20:15 POWER×BOX30 岡部 創太						19:30～19:35 ボールで姿勢改善	19:30～20:15 ZUMBA 武井 愉利子
			20:45～21:30 solar 佐藤 瞳			20:45～21:15 SHAPE×BOX30 伊佐治 淳			20:30～21:30 ZUMBA 武井 愉利子			20:30～21:15 BAILABAILA 後藤 清美						21:20～21:25 4ミニッツ	20:30～21:30 アクア パラエティ30 大橋 良美
21:35～21:40 アフバースト			21:20～21:25 シェイプスクワット			21:35～21:40 4ミニッツ													
■各レッスンの30分前にスタジオ入口に整理券を設置します。参加を希望するレッスンの前に、お1人様1枚整理券をお取りください。整理券が無くなり次第、締切とさせていただきます。																			

●店舗所在地●
岐阜県各務原市鵜沼各務原町1-26-1
●電話●
058-384-6611
●営業時間●
平日・土曜日・祝日10:00～23:00
日曜日10:00～18:00
休館日：木曜日