アクトス広見

スタジオ・プールプログラム週間予定表

2025年

月曜日

スタジオ
- 10：00～10：45 エアロビクス 初級45 佐橋 見幸
- 11：00～11：45 ステップ45 佐橋 見幸
- 12：15～13：00 ヨガ45 高田 絢子
- 13：15～13：30 バトルTIME
- 13：45～14：15 ストレッチボール30 スタッフ
- 19：30～20：15 バレトン45 岡田 葉子
- 20：30～21：15 ヨガ45 岡田 葉子

フロア＆多目的
- 11：55～12：10 健幸体操
- 12：25～12：40 シェイプTIME

プール
- 10：30～11：00 アクアウォーキング30 澤田 由布子
- スイミングスクール マスターズ(有料) 11：10～12：10 最大1コース使用
- 13：15～14：00 アクアビクス45 山口 静江
- スイミングスクール レディース(有料) 14：10～15：10 最大1コース使用
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
- ジュニアⅣ(有料) 18：55～20：00 最大2コース使用
- スイミングスクール マスターズ(有料) 20：10～21：10 最大1コース使用

火曜日

スタジオ
- 9：55～10：40 エアロビクス 中級45 亀山 真由美
- 10：55～11：40 ZUMBA45 冨田
- 12：00～12：45 SHAPE×BOX45 阪本
- 13：15～14：00 エアロビクス 初中級45 山内 純
- 14：15～15：00 ヨガ45 山内 純
- 19：45～20：30 BAILA BAILA45 磯村 尚子

フロア＆多目的
- 11：15～11：30 シェイプTIME

プール
- 10：30～11：00 アクアビクス30 澤田 由布子
- 12：30～13：00 はじめてスイム
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
- スイミングスクール 障がい者限定 (有料) 19：00～20：00 最大2コース使用

水曜日

スタジオ
- 10：00～10：30 B-RAMP30 磯村 尚子
- 10：45～11：45 BAILA BAILA60 磯村
- 12：00～12：45 ヨガ45 山口 静江
- 13：00～13：30 ステップ初級30 MASA
- 13：45～14：30 エアロビクス 初級45 MASA
- 19：30～20：15 エアロビクス 初中級45 KUMI
- 20：30～21：15 ヨガ45 KUMI

フロア＆多目的
- 13：35～13：40 シェイプTIME

プール
- 10：35～11：20 アクアビクス45 山口 静江
- 11：30～12：00 すいすいクロール
- スイミングスクール マスターズ(有料) 13：00～14：10 最大1コース使用
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
- ジュニアⅣ(有料) 18：55～20：00 最大2コース使用

金曜日

スタジオ
- ストレッチボール 10：00～10：30 バレトン30 阪本 南美
- 10：45～11：45 SALSATION60 佐藤 瞳
- 12：00～12：45 エアロビクス 初級45 美咲
- 13：15～14：00 エアロビクス 初中級45 KUMI
- 14：15～15：00 ヨガ45 KUMI
- 19：30～20：15 ZUMBA45 武井 愉利子
- 20：30～21：00 ピラティス30 武井 愉利子

フロア＆多目的
- 11：15～11：45 ストレッチポール 美咲
- 11月～
- 13：30～13：45 シェイプTIME
- お腹・ウエスト

プール
- 10：30～11：00 アクアダンベル30 澤田 由布子
- スイミングスクール マスターズ(有料) 11：10～12：10 最大1コース使用
- 13：45～14：15 アクアダンベル30 原田 和幸
- 14：30～15：00 すいすいクロール
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
- スイミングスクール 障がい者限定 (有料) 19：00～20：00 最大2コース使用

土曜日

スタジオ
- 10：00～10：45 ヨガ45 山口 静江
- 11：05～11：35 B-RAMP30 山口 静江
- 13：30～14：15 CHOREOLOGY 45 佐藤 瞳
- 14：30～15：30 SALSATION 60 佐藤 瞳
- 19：15～20：15 バラエティ 45～60

フロア＆多目的
- 11：35～11：50 シェイプTIME
- 美尻・美脚
- 19：00～19：15 シェイプTIME
- 4ミニッツ

プール
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 9：45～10：50 最大4コース使用
- スイミングスクール ジュニアⅡ 11：00～12：05 最大3コース使用
- スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 13：30～14：35 14：45～15：50 16：00～17：05 17：15～18：20 18：25～19：30 最大4コース使用
- スイミングスクール マスターズ (有料) 20：00～21：00 最大1コース使用

日曜日

スタジオ
- 10：30～11：15 バラエティ レッスン
- 13：30～14：15 バラエティ45 スタッフ

フロア＆多目的
- お腹・ウエスト
- 13：00～13：15 シェイプTIME

プール
- スイミング体験 (有料) 9：40～10：40 (最大1コース使用) 体験がない場合もございます
- 11：15～11：45 アクアダンベル30 原田 和幸
- 12：00～12：30 はじめてスイム

◆店舗所在地◆
岐阜県可児市広見
字伊ノ木1358

◆電話番号◆
0574-61-2887

◆営業時間◆
平日：9：30～22：30
土祝：9：30～21：00
日曜：9：30～19：00
※毎週木曜日は休館日です

変更箇所

■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。
■都合により、クラスを変更する場合があります。
■３０分前より参加者カードを配布いたします。
■アクアプログラムは、参加者25名以上より3コースを使用させていただきます。(50名以上で4コースにします)
■バラエティレッスンの内容は、毎月掲示板・HPにてお知らせいたしますのでご確認下さい。
■フロア・多目的でのレッスンは参加カード不要です。途中からの参加も可能です。