

アクトス広見

スタジオ・プールプログラム週間予定表

2024年8月～

| | 月曜日 | | | 火曜日 | | | 水曜日 | | | 金曜日 | | | 土曜日 | | | 日曜日 | | | |
|-------|---------------------------------------|-------------------------|---|--|-------------------------|-----------------------------------|-------------------|---------|--|----------------------|--|-----|----------------------------------|---------|-------------------------|------|---------|--|--|
| | スタジオ | フロア&多目的 | プール | スタジオ | フロア&多目的 | プール | スタジオ | フロア&多目的 | プール | スタジオ | フロア&多目的 | プール | スタジオ | フロア&多目的 | プール | スタジオ | フロア&多目的 | プール | |
| 9:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10:00 | エアロビクス 初級45 佐藤 見幸 | | | エアロビクス 中級45 亀山 真由美 | 時間変更 | | B-RAMP30 磯村 尚子 | | | バレトン30 阪本 南美 | | | ヨガ45 山口 静江 | | | | | スイミングスクール ジュニア1～Ⅲ (有料) 9:45～10:50 最大4コース使用 | |
| 10:30 | | | 10:30～11:00 アクア ウォーキング30 澤田 由布子 | | | 10:30～11:00 アクアピクス30 澤田 由布子 | | | 10:35～11:20 アクアピクス45 山口 静江 | | 10:45～11:45 アクアダンベル 30 澤田 由布子 | | | | | | | 10:30～11:15 バラエティ レッスン | 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 |
| 11:00 | 10:55～11:40 ステップ45 佐藤 見幸 | | 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 | 10:55～11:40 ZUMBA45 菟田 恵子 | 11:15～11:30 シェイプTIME | 11:15～11:30 お腹・ウエスト | | | 11:30～12:00 すいすい クロール | | 11:05～11:35 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 | | 11:05～11:35 B-RAMP30 山口 静江 | | 11:35～11:50 シェイプTIME | | | 11:15～11:45 アクアダンベル 30 原田 和幸 | |
| 12:00 | 12:15～13:00 ヨガ45 高田 | 12:25～12:40 シェイプTIME | 美尻・美脚 | 12:00～12:45 ポティコン45 阪本 南美 | | 12:30～13:00 はじめてスイム | | | 12:00～12:45 ヨガ45 山口 静江 | | 12:00～12:45 エアロビクス 初級45 美咲 | | | | | | | 12:00～12:30 はじめてスイム | |
| 13:00 | 13:15～13:45 バトルミックス 30 布村 | | 13:15～14:00 アクアピクス45 山口 静江 | 13:15～14:00 エアロビクス 初中級45 山内 純 | | | | | 13:00～13:30 ステップ初級30 MASA | | 13:15～14:00 お腹・ウエスト | | | | | | | 13:00～13:15 シェイプTIME | |
| 14:00 | 14:00～14:30 ストレッチ ポール30 スタッフ | | 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 | 14:15～15:00 ヨガ45 山内 純 | | | | | 13:45～14:30 エアロビクス 初級45 MASA | 13:35～13:40 4ミニッツ | 13:30～13:45 シェイプTIME | | | | | | | 13:30～14:15 バラエティ スタッフ | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19:30 | 19:30～20:15 ヨガ45 岡田 葉子 | | スイミングスクール ジュニア1～Ⅲ (有料) 15:30～16:35 16:40～17:45 17:50～18:55 最大4コース使用 | 19:45～20:30 BAILA BAILA45 磯村 尚子 | | | | | 19:30～20:00 エアロビクス 初中級30 KUMI | | 19:30～20:15 ZUMBA45 武井 倫利子 | | | | | | | | |
| 20:00 | 20:30～21:15 バレトン45 岡田 葉子 | | ジュニアⅣ(有料) 18:55～20:00 最大2コース使用 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | 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 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◆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ください。
- 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。