



各務原

プログラム週間予定表

2024年12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 I70t [®] 初級45 Ramu			10:30~11:15 パトミック45 KEIKO		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			10:30~11:30 フラダンス60 岩佐 葉月		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 I70t [®] 初級45 Ramu			
11:30~12:00 B-RAMP Ramu			11:30~12:15 ヨガ45 山口 直美	11:20~ ホールド姿勢改善		11:30~12:00 B-RAMP 三宅 華流	11:20~ タオルストレッチ		11:45~12:30 I70t [®] 初級45 吉田 弥生	11:35~ ブルックchallenge		11:30~12:00 ボディコン30 古田 あゆみ		11:30~12:30	11:30~12:30 ヨガ60 Ramu			
12:15~13:15 コレクトtime		12:15~12:45 はじめてスイム	12:30~13:00 ボディコン30 山口 直美	13:05~ くひれみ作り		12:15~13:00 ボディコン45 山口 直美		12:30~13:00 アクアピクス30 三宅 華流	12:45~13:15 ZUMBA 吉田 弥生		13:00~13:30 はじめてスイム	12:15~12:45 I70t [®] 初級30 古田 征	12:50~ ハードUP		13:15~13:45 I70t [®] 初級30 渡邊 侑希			
13:45~14:45 ヨガ60 吉田 美佐子	13:35~ 美尻UP		13:15~14:00 ピラティス45 加藤 直子		13:45~14:15 アコアピクス30 小原 雅恵	13:15~14:15 BAILABAILA 磯村 尚子			13:30~14:00 ステップ30 吉田 弥生	14:05~ みんなでロコトレ		13:00~13:45 ピラティス45 古田 征			14:10~14:40 アクアピクス30 渡邊 侑希			
15:00~15:45 ZUMBA 内海 可子			14:15~15:00 I70t [®] 初級45 加藤 直子			14:30~15:15 ヨガ45 山口 直美		14:30~15:40 マスターズ スイミング スクール (有料)	14:15~15:15 ヨガ60 川添 樹璃杏		14:15~14:45 アクアピクス30 小木曾 辰紀		14:00~20:10 ジュニア スイミング スクール (有料)				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)		15:30~18:15 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)		15:30~18:15 ジュニア 運動能力向上塾 (有料)								
19:45~20:30 BAILABAILA 後藤 清美	19:20~ ハードUP		19:45~20:15 ボディコン30 森下 美咲	19:30~ ブルックchallenge		19:25~ コレクトtime 19:45~20:15 パラエティ30			19:45~20:15 ハードUP			19:30~20:15 ZUMBA 武井 愉利子						
20:45~21:30 CHOREOLOGY 佐藤 瞳		20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)	20:30~21:15 ヨガ45 川添 樹璃杏	21:20~ シェイプスクワット		20:30~21:30 ZUMBA 武井 愉利子		20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)	20:30~21:15 BAILABAILA 後藤 清美	21:20~ 4ミニッツ		20:30~21:30 ボディコン30 渡邊 侑希		20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)				

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。

●店舗所在地●
 岐阜県各務原市鶯沼各務原町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

■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。