各務原

## プログラム週間予定表

## 2026年1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 Iアロピクス初級45 Ramu 🔰 11:30~12:00 B-RAMP30			B-RAMP30	、11:20~11:25 くひれぬむか	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 11:30~12:15	11:20~11:25 タオルストレッチ		10:30~11:30 フラダンス60 岩佐 葉月 11:45~12:30	11:35~11:40 ກັ່ງນິງchallenge	10:20~11:30 マスターズ スイミング スクール (有料)	10:30~11:15 <b>BAILA BAILA</b> 機材 尚子 (「 11:30~12:00 BOXシリーズ (1) 1,3,5週目SHAPE	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	10:30~11:15 I7Dt* ウス初級45 Ramu 11:30~12:30			
Ramu 12:15~13:15 <b>50150</b> 佐藤瞳 (*)	12:05~12:10 コレクトtime	12:15~12:45 はじめてスイム	三宅 華流 №  12:15~12:45  SHAPE×BOX30 山口 直美 №  13:00~13:30  ADJUST×BOX30 山口 直美 №			三宅 華流 🔰  12:30~13:00  POWER×BOX30  山口 直美 🔰  13:15~14:15		12:35~13:05 アクアビクス30 三宅 華流 <b>↓</b>	IPDL* 外初中級45 吉田 弥生 ↓ 12:45~13:15 <b>③ ZVMBA</b> 吉田 弥生 ★ 13:30~14:00		POWER嘉手約和也 13:00~13:30 はじめてスイム	2,4週目POWER 12:15~12:45 170t* りれ初級30 古田征 り 13:00~13:45	12:50~12:55 //```` UP) "#\1UP	(有料)	∃ガ60 Ramu 🔰			
ョガ60 吉田 美佐子 15:00~15:45 <b>ジ2VM</b> BA	13:35~13:40 美尻ヒップアップ		13:45~14:30 IPDL* 7以初級45 加藤 直子 ♥ 14:45~15:30 ビラティス45 加藤 直子		13:45~14:15 7/779*`ンペル30 小原 雅恵 ♥	<b>BAILA BAILA</b> 機村 尚子 <b>大</b> 14:30~15:15 YOGA×BOX45 山口 直美	14:20~14:25 実尻ヒップアップ	14:30~15:40 マスターズ スイミング	13:30ペ14:00 ステップ30 吉田 弥生 № 14:15~15:15 ヨガ60 三宅 華流 №	14:05~14:10 みんなでロコトレ	14:15~14:45 アクアビクス30 小木曽 辰紀	古田征 ♥		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		14:05~14:35 アクアダンベル30 三浦 篤士♥	
内海 可子 ***********************************	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)		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)			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)		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)				定員・ ※一部定員 レッスン た レッスン 場 ※スタジオレッス は安全管理上 ※代行情報は、HF ご確認く	数が異なるがあります開始 10分前 スンの途中入退場 遠慮ください。	15:45~16:30 スイミット・練習会	
19:45~20:30  BAILABAILA 後藤清美  20:45~21:30  CHORFOISCA 佐藤瞳	19:20~19:25 ************************************	20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)	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♥ 20:45~21:15 SHAPE×BOX30 伊佐治 淳 ▼	19:30~19:35 プラックchallenge 21:20~21:25 シェイプスクワット	20:30~21:00 アクアピクス30 小木曽 辰紀 🖠	19:45~20:15 バラエティ30。 20:30~21:30 <b>ジ ZV/MBA</b> 武井 愉利子	19:20~19:30 コレクトtime	20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)	19:45~20:15 POWER×BOX30 阿部 創太 ♥ 20:30~21:15 BAILA BAILA 後藤 清美	19:30~19:35 ポールで姿勢改善 21:20~21:25 4ミニッツ	20:35~21:05 アクア () パラエティ30	19:30~20:15  ② ZVMBA 武井 愉利子  20:30~21:30  大橋 良美大		20:00~21:10 マスターズ スイミング スクール (有料)	岐阜県各務 平日・土 日	●店舗所在地● 原原市鵜沼各務原 ●電話● 058-384-6611 ●営業時間● 程日・祝日10:00 程日10:00~18: 休館日・木曜日	原町1-26-1 0~23:00 :00	

■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。

休館日:木曜日