アクトスWill箱崎

スタジオ・プールプログラム

2025年4月～

月曜日

スタジオ
- 10:30～11:15 エアロビクス初中級 宮田
- 11:35～12:05 ZUMBA 宮田
- 12:25～13:25 ヨガ 末松
- 13:45～14:15 POWER×BOX 大久保
- 19:00～19:30 4ミニッツ スタッフ
- 20:30～21:15 ZUMBA 宇都

ジム
- お腹
- 11:45～12:00 シェイプTIME

プール
- 10:30～11:00 AXTIVE×DB 佐々木
- 14:30～15:00 AXTIVE×DB 斉藤
- 16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール
- 19:45～20:15 アクアビクス 渡辺

火曜日

スタジオ
- 10:30～11:30 ヨガ 脇田
- 11:45～12:30 エアロビクス初級 江島
- 12:45～13:15 B-RAMP（女性限定）江島
- 13:35～14:35 ピラティス 金子
- 19:30～20:15 ステップ初中級 宮田
- 20:35～21:20 エアロビクス中級 宮田

ジム

プール
- 10:30～11:00 AXTIVE×AQUA 湯田
- 14:00～14:30 すいすいクロール スタッフ
- 15:15～18:55 ジュニアスイミングスクール

水曜日

スタジオ
- 10:30～11:30 バラエティレッスン
- 11:45～12:30 ZUMBA 大庭
- 12:45～13:30 エアロビクス中級 大庭
- 14:00～15:00 ヨガ 江島
- 17:30～18:30 キッズ空手
- 19:30～20:30 ヨガ 増井
- 20:50～21:35 ZUMBA 渡辺

ジム
- お腹
- 12:00～12:15 シェイプTIME
- 20:15～20:30 4ミニッツ

プール
- 10:30～11:00 AXTIVE×WALK 清水
- 14:00～14:30 AXTIVE×AQUA 湯田
- 14:40～15:10 初級スイム スタッフ
- 16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール
- 19:30～20:00 アクアビクス 渡辺
- 21:00～22:00 マスターズスイミング（有料）

木曜日

休館日

金曜日

スタジオ
- 10:30～11:00 RESET×BOX 江島
- 11:45～12:45 ヨガ 脇田
- 13:00～13:30 エアロビクス初中級 大庭
- 13:50～14:35 ZUMBA 大庭
- 19:30～20:15 エアロビクス初中級 石丸
- 20:35～21:20 ZUMBA 石丸

ジム
- 美脚美尻
- 12:00～12:15 シェイプTIME

プール
- 10:15～10:45 AXTIVE×DB 斉藤
- 14:00～14:30 AXTIVE×DB 佐々木
- 16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール

土曜日

スタジオ
- 10:30～11:30 ピラティス 平山
- 11:50～12:35 太極拳 松岡
- 13:00～13:30 SHAPE×BOX 湯田
- 13:50～14:50 バラエティレッスン
- 19:00～19:30 4ミニッツ 花田
- 19:45～20:45 ヨガ 末松

ジム
- お腹
- 12:15～12:30 シェイプTIME

プール
- 10:10～12:35 ジュニアスイミングスクール
- 14:00～16:25 ジュニアスイミングスクール

日曜日

スタジオ
- 11:00～11:45 ZUMBA 宇都
- 12:15～13:15 フラダンス さえ
- 14:00～14:30 ADJUST×BOX 東
- 15:00～15:45 エアロビクス初中級 荒木

ジム
- お腹
- 13:25～13:40 シェイプTIME
- 15:50～16:05 ストレッチ

プール
- 10:10～11:20 ジュニアスイミングスクール
- 12:15～12:45 AXTIVE×AQUA 東

■安全のため、レッスンの途中入場・途中退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。

※土曜日バラエティレッスンについて
4ミニッツの場合（13:50～14:20）となります。