アクトスWill箱崎

スタジオ・プールプログラム

2026年3月～

月曜日

スタジオ	ジム	プール
10:30～11:15 エアロビクス初中級 宮田		10:30～11:00 AXTIVE×DB 佐々木
11:35～12:05 ZUMBA 宮田	お腹 11:45～12:00 シェイプTIME	
12:25～13:25 ヨガ 末松		
13:45～14:15 POWER×BOX 花田		
14:30～15:30 モナリザ 秋田		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 BATTLE×BOX 佐々木	お腹 19:10～19:25 シェイプTIME	19:45～20:15 アクアビクス 渡辺

火曜日

スタジオ	ジム	プール
10:30～11:30 ヨガ 脇田		10:30～11:00 アクアビクス 阿部
		11:10～11:40 初級スイム 阿部
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		
14:50～15:35 アロマリラックス 土井		
		15:15～18:55 ジュニアスイミングスクール
17:00～19:10 キッズチアハニーズ		
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		

水曜日

スタジオ	ジム	プール
10:30～11:30 バラエティレッスン		10:30～11:00 AXTIVE×WALK 清水
11:45～12:30 ZUMBA 大庭	お腹 12:00～12:15 シェイプTIME	
12:45～13:30 エアロビクス中級 大庭	12:45～13:30 モナリザ（第二スタジオ） 秋田	
13:45～14:45 ヨガ 江島	13:45～14:30 モナリザ（第二スタジオ） 秋田	14:00～14:30 アクアビクス 渡辺
15:00～16:00 ピラティス 秋田		14:40～15:10 初級スイム スタッフ
17:30～18:30 キッズ空手		16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール
19:30～20:30 ヨガ 増井	20:15～20:30 4ミニッツ	19:30～20:00 アクアビクス 渡辺
20:50～21:35 ZUMBA 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	ジム	プール
10:15～10:45 RESET×BOX 江島		10:15～10:45 AXTIVE×DB 斉藤
11:00～11:30 SHAPE×BOX 佐々木		
11:45～12:45 ヨガ 脇田	美脚美尻 12:00～12:15 シェイプTIME	
13:00～13:45 エアロビクス初中級 大庭		13:30～14:00 アクアビクス 秋田
14:00～14:45 エアロビクス初中級 大庭		
15:00～16:00 ピラティス 秋田		
16:15～18:15 キッズ biima sports		16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール
19:30～20:15 エアロ初中級 石丸		20:00～20:30 すいすいクロール スタッフ
20:35～21:20 ZUMBA 石丸		

土曜日

スタジオ	ジム	プール
10:30～11:30 ピラティス 平山		10:10～12:35 ジュニアスイミングスクール
11:50～12:35 太極拳 松岡	お腹 12:15～12:30 シェイプTIME	
13:00～13:30 POWER×BOX 花田		
13:50～14:35 エアロビクス初級 宮田		14:00～16:25 ジュニアスイミングスクール
15:30～18:30 キッズダンススクール		
19:00～19:30 4ミニッツ スタッフ		
19:45～20:45 ヨガ 末松		

日曜日

スタジオ	ジム	プール
10:30～11:00 Reejam 宇都		10:10～11:20 ジュニアスイミングスクール
11:15～12:00 ZUMBA 宇都		
12:15～13:15 フラダンス さえ		12:15～12:45 AXTIVE×AQUA 東
	お腹 13:25～13:40 シェイプTIME	
14:00～14:30 ADJUST×BOX 東		
15:00～15:45 エアロビクス初中級 荒木		
	15:50～16:05 ストレッチ	

■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。
■第二スタジオは多目的室で行う、少人数制（10名前後）のスタジオレッスンです。15分前にスタジオ前にて通常通りカード配りを行います。
■2026年1月～第二スタジオもWeb予約対象レッスンとなります。