アクトスWill箱崎

スタジオ・プールプログラム

2026年1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 花田
- 14:30～15:30 モナリザ 秋田
- 19:45～20:15 BATTLE×BOX 佐々木

ジム
- お腹 11:45～12:00 シェイプTIME
- お腹 19:10～19:25 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
- 14:50～15:35 アロマリラックス 土井
- 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

プール
- 10:30～11:00 アクアビクス 阿部
- 11:10～11:40 初級スイム 阿部
- 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 エアロビクス初級＋ストレッチ 平山
- 11:45～12:30 ZUMBA 大庭
- 12:45～13:30 エアロビクス中級 大庭
- 13:45～14:45 ヨガ 江島
- 15:00～16:00 ピラティス 秋田
- 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
- 12:45～13:30 モナリザ（第二スタジオ） 秋田
- 13:45～14:30 モナリザ（第二スタジオ） 秋田
- 20:15～20:30 4ミニッツ

プール
- 10:30～11:00 AXTIVE×WALK 清水
- 14:00～14:30 アクアビクス 渡辺
- 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
- 10:15～10:45 RESET×BOX 江島
- 11:00～11:30 SHAPE×BOX 佐々木
- 11:45～12:45 ヨガ 脇田
- 13:00～13:45 エアロビクス初中級 大庭
- 14:00～14:45 ZUMBA 大庭
- 15:00～16:00 ピラティス 秋田
- 16:15～18:15 キッズ biima sports
- 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
- 13:30～14:00 アクアビクス 秋田
- 16:30～18:55 ジュニアスイミングスクール
- 20:00～20:30 すいすいクロール スタッフ

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 POWER×BOX 花田
- 13:50～14:35 エアロビクス初級 宮田
- 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

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
- 10:30～11:00 Reejam 宇都
- 11:15～12:00 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。
- ■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。