

アクトス刈谷

スタジオプログラムタイムテーブル

2025年7月1日改定

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日	金曜日		土曜日		日曜日	
スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
10:30~11:00 AERO×BOX30 河合	時間変更	10:30~11:15 ヨガ45 吉田	時間変更	10:30~11:15 DANCE×BOX45 林	時間変更	休 館 日	10:45~11:30 ZUMBA45 福間	11:00~12:10 マスターズ スイミングスクール (有料)	10:30~11:15 パレトン KAYO	10:10~12:35 ジュニア スクール	10:30~11:15 RESET×BOX45 藤森	時間変更
11:15~12:00 Enjoy★RAMP 佐藤	NEW	11:30~12:00 SHAPE×BOX30 岡崎	時間変更	11:30~12:15 AERO×BOX I 45 林	時間変更		11:45~12:15 エアロビクス初級30 福間		11:35~12:20 リトモス45 浜田		11:30~12:15 サルセッション45 Mieko	
12:15~13:00 ダンス初級45 塩澤	時間変更	12:15~13:00 エアロビクス初級45 福岡	12:00~13:10 マスターズ スイミングスクール (有料)	12:30~13:15 ヨガ45 志賀	時間変更				12:35~13:20 MEGA DANZ45 浜田	13:45~17:25 ジュニア スクール	12:45~13:15 シェイプタイム 13:30~14:00 SHAPE×BOX30 林	時間変更
13:15~14:00 フラダンス45 YOKO	時間変更	13:15~13:45 POWER×BOX30 キャスト		NEW	13:30~14:15 RESET×BOX45 志賀		13:00~13:30 はじめてスイム 13:45~14:15 アクアオーキング30 三浦	13:00~13:45 ヨガ45 角谷	13:00~13:30 アクアオーキング30 玉田 13:45~14:15 アクアダンベル30 佐藤		13:35~14:20 エアロビクス初中級45 浜田	
14:15~14:45 POWER×BOX30 キャスト	14:00~14:30 アクアピクス30 岡崎	14:00~14:45 ピラティス45 富井		14:30~15:00 POWER×BOX30 佐藤	時間変更		14:00~14:45 ステップ初級45 伊藤	担当変更	14:40~15:25 RESET×BOX45 藤森		15:45~16:15 すいすいクロール	
NEW	14:40~15:10 すいすいクロール				NEW							
16:30~18:30 ジュニアダンス スクール	15:30~19:10 ジュニア スクール	16:30~18:30 ジュニアダンス スクール	15:30~20:25 ジュニア スクール	17:30~18:30 ジュニアダンス スクール	15:30~19:10 ジュニア スクール							
19:30~20:15 パレトン45 KAYO		19:45~20:30 ヨガ45 吉田		19:15~20:00 リトモス45 浜田			19:15~20:15 SMART×BOX 林					
20:30~21:15 BATTLE×BOX45 岡崎	時間変更	21:00~21:45 ZUMBA45 川下		20:15~20:45 MEGA DANZ30 浜田			20:30~21:15 AERO×BOX I 45 林	20:15~21:25 マスターズ スイミングスクール (有料)				

- 安全管理上、レッスン開始以降の途中入場・途中退場(緊急の場合を除く)はご遠慮下さい。
- ヨガ等 マットを使用するレッスンはお1人1枚(ご自分のマットのみ)お取り下さい。
- スタジオプログラムWEB予約(有料オプション)された方は10分程前に、当日参加枠の方はその後の入場となります。
- スタジオプログラムWEB予約のキャンセルはご自身で開始30分前までに行ってください。
- スタジオプログラムWEB予約は開始30分前にて締め切りとなります。
- スタジオプログラムWEB予約で定員となった場合、当日参加枠はございません。

- 当日参加カードはお1人1枚(ご自分のカードのみ)、お取り頂きますようお願い致します。
- 都合により、クラス内容・時間・インストラクターが変更する場合があります。
- ジュニアのスイミングスクールはプール3コース、平日16:45~17:55の時間帯は4コースを致します。また、都合により使用コースが増設する場合がございますので予めご了承ください。

