

アクトス広見

スタジオ・プール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	フロア&多目的	プール		スタジオ	フロア&多目的	プール		スタジオ	フロア&多目的	プール		スタジオ	フロア&多目的	プール		スタジオ	フロア&多目的	プール		スタジオ	フロア&多目的	プール	
9:30				9:45～10:30				10:00～10:30				ストレッチボール				10:00～10:45				10:30～11:15			
10:00	エアロビクス 初級45 佐橋 晃幸	10:30～11:00 アクア ウォーキング30 澤田 由布子		エアロビクス 中級45 龜山 真由美		10:30～11:00 アクア ウォーキング30 澤田 由布子		B-RAMP30 磯村 尚子		10:35～11:20 アクア ウォーキング45 山口 静江		バレトン30 阪本 南美		10:30～11:00 アクア ウォーキング30 澤田 由布子		ヨガ45 山口 静江		スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 9:45～10:50 最大4コース使用		10:30～11:15		スイミング体験 (有料) 9:40～10:40 (最大1コース使用 体験がない場合も ございます)	
11:00	11:00～11:45 ステップ45 佐橋 晃幸	11:10～12:10 スイミングスクール マスターズ(有料) 最大1コース使用		11:45～12:30 ZUMBA45 富田 恵子		11:45～12:30 ZUMBA45 富田 恵子		12:00～12:45 BAILA BAILA60 磯村 尚子		11:30～12:00 アクア ウォーキング45 山口 静江		12:00～12:45 SALSATION6 O 佐藤 睦		11:15～11:45 ストレッチボール30 美咲		11:05～11:35 B-RAMP30 山口 静江		11:00～12:05 スイミングスクール ジュニアII (有料) 最大3コース使用		11:15～11:45 アクア ウォーキング30 原田 和幸		11:15～11:45 アクア ウォーキング30 原田 和幸	
12:00	12:15～13:00 ヨガ45 高田 純子	12:25～12:40 シェイプTIME		12:15～14:00 SHAPEX BOX45 阪本 南美		12:30～13:00 はじめてスイム		12:00～12:45 ヨガ45 山口 静江		13:00～13:45 ステップ初級45 MASA		12:00～12:45 エアロビクス 初級45 美咲		13:30～13:45 ストレッチボール30 美咲		11:35～11:50 シェイプTIME		13:00～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睦		12:00～12:30 はじめてスイム		12:00～12:30 はじめてスイム	
13:00	13:10～13:25 体幹トレーニング	13:15～14:00 アクア ウォーキング45 山口 静江		13:15～14:00 エアロビクス 初級45 山内 純		13:15～14:00 エアロビクス 初級45 山内 純		13:00～13:45 ステップ初級45 MASA		13:50～14:55 4ミニッツ		13:15～14:00 エアロビクス 初級45 美咲		13:30～13:45 ストレッチボール30 美咲		13:30～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睦		13:30～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睦		13:30～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睦		13:30～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睦	
14:00	エアロビクス 中級45 山内 純	14:10～15:10 スイミングスクール レディース(有料) 最大1コース使用		14:15～15:00 ヨガ45 山内 純		14:15～15:00 ヨガ45 山内 純		14:00～14:45 エアロビクス 初級45 MASA		14:00～14:45 エアロビクス 初級45 MASA		14:15～15:00 ヨガ45 KUMI		14:15～15:00 ヨガ45 KUMI		14:30～15:00 すいすい クロール		14:30～15:30 SALSATION 60 佐藤 睦		14:30～15:30 SALSATION 60 佐藤 睦		14:30～15:30 SALSATION 60 佐藤 睦	
15:00																							
16:00		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用		15:30～16:35 スイミングスクール ジュニアI～III (有料) 最大4コース使用	
17:00		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用		16:40～17:45 スイミングスクール ジュニアII(有料) 最大2コース使用	
18:00	19:30～20:15 バレトン45 岡田 菜子	18:55～20:00 ジュニアIV(有料) 最大2コース使用		19:45～20:30 BAILA BAILA45 磯村 尚子		19:45～20:30 BAILA BAILA45 磯村 尚子		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI		19:30～20:15 エアロビクス 初級45 KUMI	
19:00																							
20:00	20:30～21:00 AEROX BOX30 細部 彩芽	20:10～21:10 スイミングスクール マスターズ(有料) 最大1コース使用		20:45～21:15 SHAPEX BOX30 村上 侑季		20:45～21:15 SHAPEX BOX30 村上 侑季		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI		20:30～21:15 ヨガ45 KUMI	
21:00																							
21:30																							

- 安全管理上、レッスン開始以降の途中入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。
- 30分前より参加者カードを配布いたします。
- アクアプログラムは、参加者25名以上より3コースを使用させていただきます。(50名以上で4コースにします)
- パラエティレッスンの内容は、毎月掲示板・HPにてお知らせいたしますのでご確認ください。
- フロア・多目的でのレッスンは参加カード不要です。途中からの参加も可能です。

◆店舗所在地◆
岐阜県可児市広見
宇伊ノ木1358

◆電話番号◆
0574-61-2887

◆営業時間◆
平日：9:30～22:30
土祝：9:30～21:00
日曜：9:30～19:00
※毎週木曜日は休館日です

変更箇所