アクトス広見

スタジオ・プールプログラム週間予定表

2026/11/1～

月曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
10：00～10：45 エアロビクス 初級45 佐橋		9：00～9：30 アクア ウォーキング30 キャスト
11：00～11：45 ステップ45 佐橋		学校受託
12：15～13：00 ヨガ45 高田	美尻・美脚 12：25～12：40 シェイプTIME	マスターズ スクール（有料） 最大１コース使用
13：10～13：25 体幹トレーニング		13：15～14：00 アクアビクス45 山口
13：45～14：30 エアロビクス 中級45 山内		スイミングスクール レディース(有料) 14：10～15：10 最大1コース使用
		スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
19：30～20：15 バレトン45 岡田		ジュニアⅣ(有料) 18：55～20：00 最大2コース使用
20：30～21：00 BATTLEX BOX30 堀部		スイミングスクール マスターズ(有料) 20：10～21：10 最大1コース使用

火曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
		9：00～9：30 アクアビクス30 キャスト
9：45～10：30 エアロビクス 初中級45 亀山		学校受託
10：45～11：30 ZUMBA45 冨田		
11：45～12：30 SHAPEX BOX45 阪本		
13：15～14：00 エアロビクス 初中級45 山内		
14：15～15：00 ヨガ45 山内		学校受託
		スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
19：45～20：30 BAILA BAILA45 磯村		スイミングスクール 障がい者限定 (有料) 19：00～20：00 最大2コース使用
20：45～21：15 SHAPEX BOX30 村上		

水曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
10：00～10：30 B-RAMP30 磯村		10：35～11：20 アクアビクス45 山口
10：45～11：45 BAILA BAILA60 磯村		11：30～12：00 すいすいクロール
12：00～12：45 ヨガ45 山口		スイミングスクール マスターズ(有料) 13：00～14：10 最大1コース使用
13：00～13：45 ステップ初級45 MASA	13：50～13：55 シェイプTIME 4ミニッツ	
14：00～14：45 エアロビクス 初級45 MASA		
		スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
19：30～20：15 エアロビクス 初中級45 KUMI		ジュニアⅣ(有料) 18：55～20：00 最大2コース使用
20：30～21：15 ヨガ45 KUMI		

金曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
		9：00～9：30 アクアダンベル 30 キャスト
9：45～9：55 ストレッチポール		学校受託
10：15～10：45 バレトン 阪本		
11：00～11：45 SALSATION 45 佐藤	11：15～11：45 ストレッチポール30 美咲	
12：00～12：45 エアロビクス 初級45 美咲		マスターズ スクール（有料） 最大１コース使用
13：00～13：45 エアロビクス 初中級45 KUMI	13：00～13：15 シェイプTIME お腹・ウエスト	
14：00～14：45 ヨガ45 KUMI		学校受託
		スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 15：30～16：35 16：40～17：45 17：50～18：55 最大4コース使用
19：30～20：15 ZUMBA45 武井		スイミングスクール 障がい者限定 (有料) 19：00～20：00 最大2コース使用
20：30～21：00 ピラティス30 武井		

土曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
10：00～10：45 ヨガ45 山口		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
11：05～11：35 B-RAMP30 山口	11：35～11：50 シェイプTIME	スイミングスクール ジュニアⅡ 11：00～12：05 最大3コース使用
美尻・美脚		
13：30～14：15 CHOREOLOGY 45 佐藤		スイミングスクール ジュニアⅠ～Ⅲ (有料) 13：30～14：35 14：45～15：50 16：00～17：05 17：15～18：20 18：25～19：30 最大4コース使用
14：30～15：15 SALSATION 45 佐藤		
19：15～20：15 バラエティ 45～60		スイミングスクール マスターズ (有料) 20：00～21：00 最大1コース使用

日曜日

スタジオ	フロア＆多目的	プール
10：30～11：15 バラエティ レッスン		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
13：30～14：15 SHAPEX BOX45 キャスト		11：15～11：45 アクアダンベル 30 原田
		12：00～12：30 はじめてスイム

◆店舗所在地◆
岐阜県可児市広見
字伊ノ木1358

◆電話番号◆
0574-61-2887

※毎週木曜日は休館日です

■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。
■スタジオレッスンは、３０分前よりスタジオ前にて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)
■バ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下さい。

変更箇所