

アクトス広見

スタジオ・プールプログラム週間予定表

2025年11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														9:30
10:00	エアロピクス 初級45 佐橋 見幸	10:30～11:00 アクア ウォーキング30 澤田 由布子	エアロピクス 中級45 亀山			10:00～10:30 B-RAMP30 磯村 尚子			ストレッチボール 10:00～10:30			10:00～10:45 ヨガ45 山口 静江		スイミングスクール ジュニアI～II (有料) 9:45～10:50 最大4コース使用	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
11:00	11:00～11:45 ステップ45 佐橋 見幸	スイミングスクール マスターズ(有料) 11:10～12:10 最大1コース使用	10:45～11:30 ZUMBA45 富田			10:45～11:45 BAILA BAILA60 磯村			10:45～11:45 SALSATION60 佐藤 睡	11:15～11:45 ストレッチボール30 美咲	10:30～11:00 アクアダンベル 30 澤田 由布子	11:05～11:35 B-RAMP30 山口 静江	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		11:15～11:45 アクアダンベル 30 原田 和幸	11:00
12:00	12:15～13:00 ヨガ45 高田 純子	12:25～12:40 シェイプTIME	11:45～12:30 SHAPE× BOX45 阪本			12:00～12:45 ヨガ45 山口 静江			12:00～12:45 エアロピクス 初級45 美咲			美尻・美脚			12:00～12:30 はじめてスイム		12:00
13:00	13:10～13:25 体幹トレーニング	13:15～14:00	13:15～14:00			13:00～13:45 ステップ初級45 MASA			13:15～14:00 エアロピクス 初級45 KUMI			13:30～14:15 CHOREOLOGY 45 佐藤 睡			13:00～13:15 シェイプTIME		13:00
14:00	13:40～14:10 ストレッチボール30 スタッフ	14:10～15:10 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	14:15～15:00 ヨガ45 山内 純			14:00～14:45 エアロピクス 初級45 MASA	13:50～13:55 シェイプTIME	4ミニッツ	14:15～15:00 ヨガ45 KUMI	13:30～13:45 シェイプTIME	13:45～14:15 アクアダンベル 30 原田 和幸	14:30～15:30 SALSATION 60 佐藤 睡		13:30～14:15 SHAPE× BOX45 スタッフ			14:00
15:00																	15:00
16:00																	16:00
17:00																	17:00
18:00																	18:00
19:00	19:30～20:15 バレトン45 岡田 葉子	19:55～20:00 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			19:30～20:15 エアロピクス 初級45 KUMI			19:30～20:15 ZUMBA45 武井 倫利子			19:15～20:15 バラエティ 45～60	19:00～19:15 シェイプTIME	19:00～19:15 4ミニッツ			19:00
20:00	20:30～21:00 AERO× BOX30 堀部	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 SHAPE×BOX30 村上			20:30～21:15 ヨガ45 KUMI			20:30～21:00 ピラティス30 武井 倫利子					20:00～21:00 スイミングスクール マスターズ (有料) 最大1コース使用			20:00
21:00	初級のエロピクス																21:00
21:30																	21:30

◆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

◆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

- 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)
- 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。