

アクロスwill松山

スタジオ・プールタイムスケジュール表 2023年4月～

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日	金曜日			土曜日		日曜日	
	ハッピー	スマイル	プール	ハッピー	スマイル	プール	ハッピー	スマイル	プール		ハッピー	スマイル	プール	ハッピー	プール	ハッピー	
10:00																	
10:15~11:00																	
30																	
11:00			10:45~11:15 ビギナーズ スイム 徳森 美奈子	10:15~11:00 ヨガ 須賀 美香			10:15~11:00 ヨガ 岡野 友里				10:15~11:00 エアロビクス 初級 上森 幸子		10:45~11:15 アクアビクス 上田 英子	10:30~11:15 エアロビクス 初級 田頭 菜穂	10:30~11:15 ピラティス 岡野 友里	10:00	
11:20~12:05			11:30~12:00 AQUAZUMBA 徳森 美奈子	11:20~12:05 リトモス 古谷 莉沙			11:20~11:50 ボディコン 吉村 望				11:20~12:05 ZUMBA 伊藤 嘉奈子		11:30~12:00 ビギナーズ スイム	11:40~12:10 ボディ シェイパー 田頭 菜穂	11:40~12:10 ボディコン 三木 沙織	11:00	
12:00																	
12:30																	
13:00																	
13:15~13:45																	
30																	
14:00		14:00~14:45 からだ リセット 三木 沙織															
14:10~14:55																	
30																	
15:00																	
15:15~16:00			15:15~15:45 ビギナーズ スイム	15:15~16:00 ヨガ			15:15~16:00 ヨガ				15:15~16:00 ヨガ		15:00~15:45 ヨガ	14:20~15:05 Enjoy★ RAMP 三木 沙織	14:30~15:00 ボディ シェイパー 大貫 凜太郎	15:10~15:55 ヨガ	15:00
16:00																	
16:30																	
17:00																	
17:30																	
18:00																	
18:30																	
19:00																	
19:00~19:45																	
30																	
20:00																	
20:05~20:50																	
30																	
21:00																	
21:10~22:10		21:05~21:50 美温活 リンバストレッチ 古谷 莉沙															
30																	
22:00																	
22:00																	
30																	

休館日



～プライベートスイム(有料)～  
1人 15分 1,650円  
マンツーマンで目的に合わせた  
レッスンを受けることができます。  
事前にご予約をお願い致します。

●マークはシューズ無しでも参加頂けます。 ●マークは初めての方におすすめのレッスンです。  
 ■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。  
 ■スタジオプログラムは、レッスン開始30分前よりジムエリアにて参加カードをお配りします。レッスン開始前に担当インストラクターにお渡し下さい。  
 ■都合により、クラスを変更する場合があります。  
 ■プールでのレッスンに関しましては、レッスン開始5分前よりコース変更を行います。ご協力お願い致します。