

令和8年度 前期(4月～) レッスンスケジュール

臨時休館の際、または講師の都合により、レッスンを休講・または変更をさせて頂く場合がございます。

	月			水			木			金			土			日
	ロビー	多目的	プール	ロビー	多目的	プール	ロビー	多目的	プール	ロビー	多目的	プール	ロビー	多目的	プール	
10:00																10:00
10:15																10:15
10:30																10:30
10:45	10:30-11:15 ラウンド	10:30-11:15 ヨガ 大沼			10:00-10:45 エアロ&筋トレ 小松			10:00-10:45 ZUMBA®GOLD 鎌田			10:00-10:45 ボクササイズ 佐藤(博)			10:00-11:00 Jr スイミング		10:45
11:00																11:00
11:15																11:15
11:30						11:00-11:45 成人水泳 (初心者)(中級)	11:00-11:45 ラウンド	11:00-11:45 ヨガ 鳥山			11:00-11:45 ヨガ 大坪			11:15-12:15 Jr スイミング		11:30
11:45		11:30-12:15 ボトル&ボール														11:45
12:00																12:00
12:15						12:00-12:45 アクアビクス										12:15
12:30																12:30
12:45		12:30-13:15 ヨガ 佐藤(久)														12:45
13:00																13:00
13:15			13:00-13:45 成人水泳 (上級)					13:00-13:45 ヨガ 大沼								13:15
13:30																13:30
13:45																13:45
14:00																14:00
14:15																14:15
14:30																14:30
14:45																14:45
15:00																15:00
15:15																15:15
15:30																15:30
15:45			15:30-16:15 幼児水遊び			15:30-16:15 幼児水遊び								15:30-16:15 幼児水遊び		15:45
16:00																16:00
16:15																16:15
16:30		16:15-17:15 キッズダンス 初級														16:30
16:45		幼児-低学年	16:15-17:15 Jrスイミング			16:15-17:15 Jrスイミング								16:15-17:15 Jrスイミング		16:45
17:00																17:00
17:15		17:15-18:15 キッズダンス 中級														17:15
17:30		中学年-高学年	17:30-18:30 Jrスイミング			17:30-18:30 Jrスイミング								17:30-18:30 Jrスイミング		17:30
17:45																17:45
18:00																18:00
18:15																18:15
18:30														18:00-18:45 美ユティ-ボディウエブ 八木		18:30
18:45		18:40-19:25 ボクササイズ 佐藤(博)			18:45-19:30 ZUMBA® 八木	18:30-19:30 J-UP					18:30-19:15 ヨガ 大沼	18:30-19:30 J-UP				18:45
19:00														19:00-19:45 ZUMBA 八木		19:00
19:15																19:15
19:30																19:30
19:45																19:45
20:00			19:45-20:30 成人水泳 初級			19:45-20:30 成人水泳 上級										20:00
20:15																20:15
20:30																20:30
20:45																20:45
21:00																21:00

- 新しいレッスンは **NEW** 先生・時間が変わった所は  で記しています。
- スタジオレッスンは17名までの予約制となります。
- ラウンドフィットネスとエアロバイクの使用可能です。

角田市屋内温水プール

かくだスポーツビレッジ運営共同企業体 (株)フクシ・エンタープライズ

電話 0224-61-1212