

2026年 8月 川西店タイムテーブル

	火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日						
	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ	スタジオ1	スタジオ2	プール	スカッシュ			
10					ハタヨガ 9:30~10:15 ★45名 広野				コアトレ withボール1 9:30~10:15 ★35名 和泉	マナフラ 9:30~10:15 ★35名 片岡			カラダリセット コンディショニング 9:45~10:30 ★40名 豊田				シンプルステップ 10:00~10:40 ★35名 田中（美）	nani Aloha （フィットネス） 10:00~10:45 ★35名 堀田			エナジーステップ 10:00~10:45 ★35名 富田			10			
	FIGHT DO 10:15~10:45 ★50名 野田	グインヤサ フローヨガ 10:15~11:00 ★30名 奥田	35min.歩 10:00~10:35 ★30名 豊田			簡単 コンディショニング （骨盤） 10:15~11:00 ★30名 翔皇	平泳ぎ 10:00~10:30 ★25名 黒川	5週目の場合 個人メドレー	コアトレ withボール2 10:30~11:15 ★35名 和泉	タオルを お待ちください	クロール中・上級 10:15~11:00 ★25名 黒川																
11					シンプルムーブ 10:35~11:15 ★50名 広野		バタフライ 10:35~11:20 ★25名 黒川						RADICAL POWER 10:45~11:30 ★35名 翔皇		卓球 フリータイム 11:15~12:00 ★16名		35min.動 10:55~11:30 ★50名 田中（美）	グループブレスン （有料） 8月8日開催 MEGADANZ ～エレメント付～ 11:00~12:15 吉見		入門 有料スクール （月3回） 11:00~11:55 浜崎	エナジームーブ 11:00~11:45 ★50名 富田	グループブレスン （有料） 8月23日開催 エナジームーブ 11:00~11:45 ★50名 富田	クロール 10:30~11:15 ★25名 高畑		11		
	ファンムーブ 11:00~11:45 ★50名 津江	ストレッチボール 11:15~11:45 ★25名 野田	35min.動 11:15~11:50 ★30名 丸澤			入門太極拳 11:15~12:00 ★25名 濱野	35min.殿 11:30~12:05 ★30名 松原			1か2どちらかの ご参加となります。 ※内容は同じです	はじめて スイミング 11:05~11:50 ★25名 黒川																
12					シンプルステップ 11:35~12:15 ★35名 広野				X55 11:45~12:30 ★35名 高畑		クロール 12:00~12:45 ★25名 黒川		ZUMBA® 11:45~12:30 ★50名 片岡			グループブレスン （有料） ブル・de・ダンス&スイム 8月7日開催 （バタフライ） 8月14日開催 （背泳ぎ） 8月21日開催 （平泳ぎ） 8月28日開催 （クロール） 11:50~12:50 黒川	オリジナルムーブ ～ラテンエアロ～ 11:45~12:30 ★50名 大森			バック泳ぎ 12:00~12:45 ★25名 日栄	12:00~12:45 ★50名 大森	MEGADANZ ★30名 山口 8月9日開催	初級① 有料スクール 12:00~12:55 浜崎		12		
	KOJI AERO ～ラテン～ 12:00~12:45 ★50名 和山		グループブレスン （有料） 8月18日開催 横太郎の スイムマスター 12:00~12:45 高畑		体調改善 運動（足裏） 12:35~13:20 ★45名 松原	グループブレスン ボールwithモビバン （有料） 8月5、12 19、26日開催 12:40~13:30 田中（美）	背泳ぎ 12:15~13:00 ★25名 黒川																				
13									ZUMBA® （有料） 12:45~13:30 鍛冶	太極拳 （有料） 8月6、13 20日開催 12:30~13:30 濱野 太極功夫扇 （有料） 8月27日開催 12:30~13:30 濱野			FIGHT DO 12:50~13:35 ★50名 野田	ハタヨガ 12:50~13:35 ★30名 道場	アクアヨガ 13:15~13:45 ★30名 豊田	初級 有料スクール 13:00~13:55 江崎				オリジナル ステップ 12:45~13:30 ★35名 大森			UBOUND 13:00~13:45 ★30名 大森	グループブレスン （有料） 8月9日開催 ステップ（中級） 13:00~13:45 エアロ（中級） 14:05~14:50 山口 8月16日開催 KOJI AERO 12:45~13:30 KOJI YOGA 13:40~14:25 和山 8月23日開催 ステップ& 筋コンディショニング 13:00~14:30 佐藤	初級② 有料スクール 13:00~13:55 浜崎		13
	35min.昇 13:15~13:50 ★35名 津江	グループブレスン KOJIYOGA （有料） 8月11、18 25日開催 13:00~14:00 和山			ヨガ& ピラティス Fusion 13:45~14:30 ★40名 田中（美）	ZUMBA® 14:00~14:45 ★30名 杉本			フィットネスパワーヨ カ 13:50~14:35 ★45名 鍛冶	MEGADANZ 13:45~14:30 ★30名 KATTA	はじめて背泳ぎ 14:00~14:30 ★25名 豊田	中級 有料スクール 14:00~14:55 江崎	かんたん ジャズダンス 13:50~14:35 ★50名 大島	ファンムーブ 13:55~14:40 ★35名 杉本	35min.殿 13:40~14:15 ★30名 豊田												
14																		FIGHT DO 13:55~14:40 ★50名 高畑	グループブレスン （有料） 8月1日開催 Gen's Studio 13:45~14:45 大森 8月8日開催 機能改善ストレッチ 8月29日開催 姿勢改善 コア・コア 13:45~14:45 和泉 8月22日開催 ダンスエアロ 13:45~14:45 マルステップ 15:00~16:00 山口			フィットネス パワーヨガ1 14:00~14:45 ★45名 入江	プライベートレッスン （有料） 14:00~14:25		14		
	ファンムーブ 14:05~14:50 ★50名 田中（美）																										
15																										15	
	グループブレスン （有料） 正しい姿勢教室 8月18日開催 14:45~15:45 豊田				エナジームーブ 14:55~15:40 ★50名 堀田				ファンク （HIPHOP） 15:00~15:45 ★50名 大島	シンプルムーブ 14:45~15:30 ★30名 KATTA			プライベート レッスン （有料） 16:00~17:00 大島	ピラティスシェイプ バランス60 14:55~15:40 ★40名 大島	シンプルステップ 15:00~15:40 ★20名 杉本												
16																										16	
17																										17	
	グループブレスン カラダ調整 （有料） 16:00~17:00 広野								カラダ 調整体操 16:15~17:00 ★35名 広野	ジャズダンス （有料） 8月13、20 27日開催 16:00~17:00 MEIKO プライベート レッスン （有料） 16:00~17:00 大島			プライベート レッスン （有料） 16:00~17:00 大島														
18																										18	
19																										19	
20																										20	
	FIGHT DO 19:15~20:00 ★50名 川添	ファンムーブ 19:15~20:00 ★35名 山口	入門 有料スクール 19:00~19:55 浜崎		UBOUND 19:30~20:00 ★30名 風音	OXIGENO 19:15~20:00 ★30名 日栄			エナジームーブ 19:15~20:00 ★35名 和山				RADICAL POWER 19:30~20:15 ★35名 翔皇	ZUMBA® 19:30~20:15 ★30名 鍛冶			入門 有料スクール 19:00~19:55 浜崎										
21																										21	
	MEGADANZ 20:15~21:00 ★50名 山口	KIMAX 20:20~21:05 ★21名 川添	入門 有料スクール 20:00~20:55 浜崎		FIGHT DO 20:20~21:05 ★50名 風音	ヨガ 20:10~20:55 ★30名 濱野			エナジーステップ 20:15~21:00 ★35名 和山								上級 有料スクール 20:00~20:55 浜崎										

▼アクアプログラムは21名以上の参加の場合、コースを3コース使用させていただきます
▼プライベートレッスンでフリーコースを使用することがございますのでご了承ください
▼泳法レッスンで参加者が5人以上の場合は、2コース使用させていただきます

●参加方法
【スタジオ・プール】
・ご参加にはプログラムオプション(月額¥3,300)のご契約が必要です
【参加方法】
①マイページにてプログラムをWEB予約(予約保有可能枠数1人4枠/1日の参加上限なし)
②参加当日に発券機にて整理券を発券
③プログラム入場時に整理券をプログラム担当者に提出
※プールの場合はプール監視スタッフに提出
④キャンセルをする場合は必ずご自身で行ってください
・整理券の譲渡や、キャンセル未手続きが続く場合はアカウントを停止させて頂くこともございます
◇スタジオ内でのマナーについて
・ご家族/ご友人の為に、場所取りや整理券の交換はおやめください
・携帯電話/スマートフォンは、マナーモードにしてください
・プログラム中の操作はご遠慮ください
【スカッシュ】
・有料スクールはスクールカレンダーをご確認ください