

2026年 9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 ★38名 和良	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 翔星	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 ★38名 和良	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				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		RADICAL POWER 10:45~11:30 ★35名 翔星	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)	グループレッスン (有料) 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	エナジーマーブ 11:00~11:45 ★50名 富田	グループレッスン (有料) コアトレ 10:30~11:30 大島	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																							
12	KOJI AERO 〜ラデン〜 12:00~12:45 ★50名 和山		グループレッスン (有料) 須太郎の スイムマスター 12:00~12:45 高畑		シンプルステップ 11:35~12:15 ★35名 広野		35min.股 11:30~12:05 ★30名 松原		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		グループレッスン (有料) 11:50~12:50 黒川		オリジナルムーブ 〜ヘラデンアロ〜 11:45~12:30 ★50名 大森	巡る 〜MEGURU〜 12:00~13:00 津江	背泳ぎ 12:00~12:45 ★25名 日栄		12:00~12:45 9月6,27日開催 ファンムーブ ★50名 大森 9月13日開催 MEGADANZ ★50名 山口		初級① 有料スクール 12:00~12:55 浜崎		12	
					体調改善 運動(足裏) 12:35~13:20 ★45名 松原	グループレッスン ボールwithモビバン (有料) 12:40~13:30 田中(美)			ZUMBA® (有料) 12:45~13:30 鍛冶		太極拳 (有料) 12:30~13:30 濱野 太極功夫扇 (有料) 12:30~13:30 濱野	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	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 13:00~13:30 ★30名 豊田		オリジナル ステップ 12:45~13:30 ★35名 大森		トレーニング スイム45*レベル1* 12:55~13:40 ★25名 日栄		UBOUND 13:00~13:45 ★30名 9月6,27日開催 大森 9月20日開催 風音	グループレッスン (有料) ステップ(中級) 13:00~13:45 エロ(中級) 14:05~14:50 山口	初級② 有料スクール 13:00~13:55 浜崎		13
14		グループレッスン KOJIYOGA (有料) 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		中級 有料スクール 13:00~13:55 松本	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.股 13:40~14:15 ★30名 豊田		FIGHT DO 13:55~14:40 ★50名 高畑	Gen's Studio 13:45~14:45 大森 姿勢改善 コア・コア 13:45~14:45 和良			フィットネス パワーヨガ1 14:00~14:45 ★45名 入江	ステップ& 筋コンディショニング 13:00~14:30 佐藤	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		グループレッスン (有料) 正しい姿勢教室 14:45~15:45 豊田			エナジーマーブ 14:55~15:40 ★50名 堀田			プライベートレッスン (有料) 15:00~15:25	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) 15:00~15:25	ピラティスシェイ 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								フィットネス パワーヨガ2 15:00~15:45 ★45名 入江	グループレッスン (有料) オリジナルアクア 14:45~15:30 和山		15
	フラダンス 15:05~15:50 ★50名 フアリ(井上)																									
16																										16
	グループレッスン 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) 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													
17																										17
18									ファンクショナル ローラー ピラティス (有料) 17:20~18:20 広野																	18
19									フィットネス パワーヨガ 18:50~19:35 ★45名 広野		グループレッスン (有料) 須太郎の スイムマスター 19:00~19:45 高畑														19	
	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			エナジーマーブ 19:15~20:00 ★35名 和山				RADICAL POWER 19:30~20:15 ★35名 翔星	ZUMBA® 19:30~20:15 ★30名 鍛冶						入門 有料スクール 19:00~19:55 浜崎						
20																										20
	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				
21																										21

▼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