

2024年5月 グンゼスポーツ吹田健都 <通常営業時間>プログラムスケジュール

5/1㊄6㊄8は特別プログラムです

	月曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日		
	ワークアウト	健都	プール	ワークアウト	健都	プール	ワークアウト	健都	プール	ワークアウト	健都	プール	ワークアウト	健都	プール	ワークアウト	健都	プール
10:00		10:10~10:25 STRETCHING			10:10~10:25 STRETCHING			10:10~10:25 STRETCHING					10:10~10:25 STRETCHING				10:10~10:25 STRETCHING	
10:30~11:20	FIGHT DO エレメント付き			10:30~11:15 MEGADANZ エレメント付き			10:30~11:10 フィットネス パワーヨガ			10:30~11:10 ステップ& ボール			10:30~11:10 フィットネス パワーヨガ				10:30~11:10 骨盤 エクササイズ	
11:00	深見	11:00~11:30 MEGADANZ	11:00~11:45 親子 スイミング スクール	中島	11:00~11:40 姿勢改善 体操	11:00~11:45 親子 スイミング スクール	北村	11:00~12:00		雄谷			桂田	11:00~11:30 LATIN DANCE			高田	10:40~11:10 AERO
11:35~12:15	UBOUND			11:30~12:10 ファンクショナル ムーブ			11:30~12:10 機能改善 体操			11:30~12:10 骨盤 エクササイズ							高田	11:30~12:10 ZUMBA
12:00	山口	12:00~12:30 AERO		生駒	1日・15日・29日 12:00~13:00 QOL UP トレーニング	8日・22日 11:55~12:55 別冊BODY メイトが	藤原		11:30~12:00 ファンクショナル ムーブ アクト 別所	秋長							高田	11:40~12:10 FIGHT DO
12:30~13:10	功&比ヲイ Fusion			12:30~13:10 ヒーリング ヨガ			12:30~13:10		12:30~13:10 ファンクショナル ムーブ アクト 別所	朝山							高田	11:20~12:20 ZUMBA60
13:00	北村	13:00~14:00 【有料】 健康運動 療法教室	13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 山口	井谷			12:40~13:10		12:30~13:10 功&比ヲイ びび 松崎	朝山							高田	12:30~13:10 シンプル ステップ 鍛冶
13:30~14:10	ZUMBA			13:30~14:10			12:40~13:10 LATIN DANCE		12:30~13:15 ポールde美姿勢 朝山	朝山							高田	12:40~13:10 OXIGENO
14:00	加藤			X55			13:30~14:10 シンプル ステップ 堀田		10日 12:30~13:15 ポールde美姿勢 朝山	朝山							高田	13:35~13:50 HYPER C
14:30~15:10	秒ヲ排 ステップ 和具	14:40~15:10 OXIGENO		14:30~15:10 ZUMBA			13:30~14:10 シンプル ステップ 堀田		10日・24日 13:25~14:25 健康太極拳 朝山	朝山							高田	13:35~13:50 HYPER C
15:00				14:30~15:10 ZUMBA			14:30~15:10 FIGHT DO		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
15:30~16:00	X55			15:30~16:00 FIGHT DO			14:30~15:10 FIGHT DO		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
16:00	16:15~16:45 YOGA			16:15~16:45 OXIGENO			15:30~16:00 MEGADANZ		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
17:00	17:30~17:45 HYPER C			17:30~17:45 FIGHT DO FREE			16:00~18:30 キッズ 空手 スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
18:00	18:10~18:40 POWER			18:10~18:40 RADICAL ONE			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
19:00	19:00~19:40 功&比ヲイ Fusion			19:00~19:40 ヒーリング ヨガ			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
19:00	豊田	18:00~19:30 キッズ ダンス スクール		19:10~19:40 AERO			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
20:00	20:00~20:40 ファンクショナル ムーブ			20:00~20:30 MEGADANZ			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
20:00	谷口	20:15~21:15 ZUMBA60 大西(正)		20:00~20:30 ELEVEN			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
21:00	21:00~21:40 功&比ヲイ 野村			21:00~21:40 RADICAL POWER			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
21:00	豊田	20:00~21:15 功&比ヲイ 野村		21:00~21:45 FIGHT DO			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
22:00	21:50~22:00 OXIGENO			22:00~22:15 YOGA			16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール
22:00							16:00~18:00 キッズ スイミング スクール		13:15~13:45 ファンクショナル ムーブ アクト 清水	朝山							高田	14:00~18:00 YIJ キッズ スクール

スタジアム内で場所取りもしくは場所取りと思われる行為はご遠慮ください

4/27㊄5/6㊄8は
GW特別プログラムです

プログラム
案内

プールコース制限は		について
表記スクール時間以外に	ツール不使用クラス	40名
プライベートレッスン時に	ツール使用クラス	30名
行う場合がございます	アクアプログラム	30名

別途申込が必要なスクール・教室

ラディカルバーチャル※予約不要

有料レッスンへご参加の際は事前申込が必要

全レッスン予約制です

WEB予約システムのご利用前に
マイページへ登録ください。

<休館日>
毎週火曜日

・有料レッスンの予約キャンセル
は前日までですと無料です
・発券後キャンセルされた予約は
無効ですので受講する際は
再発券が必要です