

2026年2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

	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	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	
10:00																	ワークアウト	健都	マシジム	プール	ワークアウト	健都	マシジム	プール	
10:30~11:10					10:30~11:10	10:30~11:10	バランス トレーニング		10:30~11:10	10:30~11:40			10:30~11:10	10:20~11:30			10:30~11:10	10:10~10:25			10:30~11:10	10:25~11:05			
11:00	生駒	icca (マシジ) ※要別途登録	11:55~12:55	親子 スイミング スクール	生駒	藤原	11:00~11:10	GUNZE体操	北村	icca (マシジ) ※要別途登録	11:00~11:10	GUNZE体操	雄谷	icca (マシジ) ※要別途登録	股関節 トレーニング		11:00~11:45	桂田	11:10~12:10	キッズ スイミング スクール	高田	8日のみ	キッズ スイミング スクール		
11:25~12:05	FIGHTDO		16日 背骨 コンディショニング		11:25~12:10	11日・25日			11:30~12:10				11:30~12:15				11:25~12:05	21日			11:30~12:10	8日のみ			
12:00	西川				ヒーリング ヨガ	メリハリ STYLE メイキング			機能改善 体操		ストレッチ	アクア トレーニング	骨盤 エクササイズ				11:55~12:25	和良	ZUMBA 60		12:00~12:45	高田	8日のみ		
12:20~13:00	ヨガ& ピラティス Fusion	ELEVEN	引き締め トレーニング	アクア トレーニング	井谷		上半身 トレーニング		12:25~13:10			はじめて スイム	12:30~13:10				12:35~13:05	鶴房・井上			12:25~13:05				
13:00	北村				12:25~13:05	藤原			FIGHTDO 45				ポディ メンテナンス セラピー				12:35~13:05				鍛冶				
13:15~14:00				13:15~14:00	13:20~14:05	13:10~14:20			山口	13:15~14:15	5日・12日 26日 大人から はじめる ダンス 下山		13:30~14:10				13:30~14:10				13:20~14:20				
13:15~14:00	ZUMBA 45				ZUMBA 45	icca (マシジ) ※要別途登録			シンプル ステップ				ZUMBA	13:30~14:40			13:30~14:10				別紙参照				
14:00	ミーナ				根本				堀田				ハチ	icca (マシジ) ※要別途登録	股関節 トレーニング		14:30~15:10				14:00~15:10				
14:15~14:55	体調改善 運動				14:20~15:00				14:30~15:10				シンプル ステップ				14:30~15:40				かんたん エアロ				
15:00		icca (マシジ) ※要別途登録			15:15~15:45				下山	icca (マシジ) ※要別途登録			生駒				15:30~16:00				鍛冶				
15:15~15:45	YOGA				X55				POWER				FIGHTDO				15:30~16:00				15:30~16:15				
16:00						16:00~17:00				15:25~15:55			16:15~16:45				16:15~16:45				16:30~17:00				
16:00					16:15~16:45	キッズ 体操スクール			OXGENO	下山 19日のみ			HYPER C				16:30~17:15				OXIGENO				
17:00	16:00~18:45				17:00~17:15				16:00~18:30	16:00~1830			17:30~17:45				16:30~17:15								
18:00	キッズ クラシック バレエ スクール				17:30~17:45				キッズ 空手 スクール	キッズ チアダンス スクール			17:45~18:00				X 5 5 45								
18:00					18:10~18:40								STRETCHING				17:30~18:00								
19:00	19:00~19:40				19:00~19:40	19:00~19:45			18:55~19:40				19:00~19:45				18:20~18:50								
19:00	ヨガ& ピラティス Fusion				シンプル エアロ	ヒーリング ヨガ			ZUMBA 45	YOGA			ZUMBA 45				POWER								
20:00	豊田				三宮	谷口	ゴルフ トレーニング		ミーナ				國分												
20:00~20:40	20:00~20:40				20:00~20:40	20:00~20:40			20:00~20:40	毎週			20:00~20:40				20:00~20:45								
20:00~20:40	バレエ エクササイズ	20:15~20:30	16日 グラビティ ヨガ	【週替り】 AQUA	シンプル ステップ	FIGHTDO			RADICAL POWER	キック ボクシング			FIGHTDO				20:15~20:30								
20:55~21:40	野村			別表参照	三宮	藤本			藤本				西川				21:00~21:30								
21:00	UBOUND 45	2日・9日			20:55~21:40				21:00~21:40				21:00~21:30				21:00~21:45								
21:00	山口				RADICAL POWER 45				UBOUND				ELEVEN				ストレッチ								
21:50~22:05	OXIGENO				田中				藤本				21:50~22:05												
22:00					STRETCHING				YOGA				STRETCHING												

事前申込と当日入金が必要

ラディカルバーチャル

※オプション登録・予約不要

シナジープログラム/アクアウォーキング


※オプション登録・予約不要

別途申込が必要なスクール・教室

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。



・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

・発券後キャンセルした予約は無効ですので受講には再発券が必要です

・スタジオ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


2月11日(祝) / 2月23日(祝)

祝日 10:00~18:00短縮営業


<休館日>

毎週火曜日


シナジー
プログラム案内



バーチャル
プログラム案内



プログラム案内



プログラム定員について

ツール不使用クラス	40名
ツール使用クラス	30名
アクアプログラム	30名

プールコース制限は

表記スクール時間以外に

プライベートレッスン時に

行う場合がございます