

# レッスントイムスケジュール

## 2026年5月

	月曜日		火曜日		水曜日		木	金曜日		土曜日		日曜日			
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール		
10:00							休館日							10:00	
10:30															10:30
11:00	11:00~11:45 やさしいエアロ 萱沼	11:00~11:45 水中歩行・運動 二田	11:00~12:00 ZUMBA 斉藤	11:00~11:30 水中歩行 天野 11:30~12:00 腰痛体操 天野	11:00~12:00 ヨガ 栗原	11:00~11:45 なんでもスイム 二田			11:00~12:00 ピラティス 在原	11:00~11:45 ウォークジョグ 関戸					11:00
11:30															11:30
12:00	12:00~12:45 CHOREOLOGY Sammy														12:00
12:30			12:15~13:00 BODY COMBAT 小池		12:15~13:00 DANCE 濱野				12:15~13:00 バレトン 在原						12:30
13:00															13:00
13:30	13:00~14:00 SALSATION Sammy		13:15~14:00 やさしいエアロ 萱沼	13:00~13:30 はじめてクロール 13:30~14:00 はじめて背泳ぎ 天野 13:30~14:00 はじめて平泳ぎ はじめてバタフライ 天野	13:15~13:45 BODY COMBAT 小池	13:30~14:15 aqua ZUMBA 小澤			13:15~14:00 BODY PUMP 舟久保						13:30
14:00		13:30~14:30 メニュー スイム													14:00
14:30	14:15~14:45 BODY ATTACK				14:00~15:00 ピラティス 在原				14:15~14:45 BODY ATTACK	14:00~15:00 なんでもスイム 中村					14:30
15:00											14:45~15:30 BODY COMBAT 小池				15:00
15:30															15:30
16:00															16:00
16:30															16:30
17:00		C1 16:30~17:30 子供 スイミング	16:30~17:30 子供バレエ 幼児クラス		C2 16:30~17:30 子供 スイミング				C3 16:30~17:30 子供 スイミング						17:00
17:30															17:30
18:00		D1 17:30~18:30 子供 スイミング	17:30~18:30 子供バレエ 小学生クラス		D2 17:30~18:30 子供 スイミング				D3 17:30~18:30 子供 スイミング						18:00
18:30	18:30~19:15 ヨガ 栗原										18:00~18:45 過替わり バーチャル				18:30
19:00		19:00~20:00 ゆったりスイム 二田													19:00
19:30	19:30~20:15 BODY COMBAT 小池		19:15~20:00 BODY PUMP 舟久保		19:15~20:15 ピラティス 在原	19:00~20:00 メニュー スイム			19:15~20:00 ZUMBA 大森	19:00~20:00 なんでもスイム 中村	19:00~20:00 ヨガチャレンジ 萱沼				19:30
20:00															20:00
20:30	20:30~21:15 DANCE 濱野		20:15~21:00 ZUMBA 斉藤		20:30~21:15 BODY ATTACK				20:15~21:00 BODY ATTACK						20:30
21:00															21:00
21:30															21:30
22:00	22:00 閉館							22:00 閉館		21:00 閉館				22:00	

一部  
利用  
制限  
あり

3日・BODY BALANCE  
10日・BODY COMBAT  
17日・BODY BALANCE  
24日・BODY COMBAT  
31日・BODY BALANCE

2日・BODY PUMP  
9日・BODY ATTACK  
16日・DANCE  
23日・BODY BALANCE  
30日・BODY COMBAT

**【営業時間】**  
○月～金曜日 10:00～22:00  
○土・日・祝 10:00～21:00  
○木曜日 休館日

○プール・ジムエリアは営業終了30分前まで  
○定員制レッスン：ボディパンプ25名まで

富士河口湖町民プール

指定管理者：株式会社スポーツプラザ報徳