

レッスントイムスケジュール

2026年4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
11:30	11:00~11:45 やさしいエアロ	11:00~11:45 水中歩行・運動	11:00~12:00 ZUMBA	11:00~11:30 水中歩行 11:30~12:00 腰痛体操	11:00~12:00 ヨガ	11:00~11:45 なんでもスイム			11:00~12:00 ピラティス (4週目バレット)	11:00~11:45 ウォークジョグ 水中運動					11:30
12:00															12:00
12:30	12:00~13:00 salsation (サルセッション)		12:15~13:00 BODY COMBAT		12:15~13:00 DANCE										12:30
13:00															13:00
13:30	13:15~14:00 choreology (コレオロジー)		13:15~14:00 やさしいエアロ	13:00~13:30 はじめてクロール 13:30~14:00 はじめて平泳ぎ はじめてバタフライ	13:15~13:45 BODY COMBAT				13:15~14:00 BODY PUMP				13:15~14:00 DANCE		13:30
14:00		13:30~14:30 メニュー スイム				13:30~14:15 aqua ZUMBA									14:00
14:30	14:15~14:45 ▶ BODY ATTACK				14:00~15:00 ピラティス				14:15~14:45 ▶ BODY ATTACK	14:00~15:00 なんでもスイム			14:15~15:00 週替わり レッスン		14:30
15:00											14:45~15:30 BODY COMBAT				15:00
15:30													15:15~16:00 週替わり ▶ パーチャル		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			C5 16:30~17:30 子供 スイミング						17:00
17:30		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			D5 17:30~18:30 子供 スイミング						17:30
18:00															18:00
18:30	18:30~19:15 ヨガ										18:00~18:45 週替わりパーチャル ▶				18:30
19:00															19:00
19:30		19:00~20:00 ゆったりスイム	19:15~20:00 BODY PUMP		19:15~20:00 ピラティス	19:00~20:00 メニュー スイム			19:15~20:00 ZUMBA	19:00~20:00 なんでもスイム	19:00~20:00 ヨガチャレンジ				19:30
20:00	19:30~20:15 BODY COMBAT														20:00
20:30			20:15~21:00 ZUMBA		20:15~21:00 ▶ BODY ATTACK				20:15~21:00 ▶ BODY ATTACK						20:30
21:00	20:30~21:15 DANCE													21:00	
21:30														21:30	
22:00	22:00 閉館							22:00 閉館		21:00 閉館				22:00	

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

【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

一部
利用
制限
あり