

レッスントイムスケジュール

2026年7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	休館日	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 中級 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			A6 10:00~11:00 子供 スイミング 一部 利用 制限 あり		11:00
11:30													B6 11:00~12:00 子供 スイミング		11:30
12:00	12:00~12:45 CHOREOLOGY Sammy									12:00~12:30 初心者クラス 天野					12:00
12:30		フリ	12:15~13:00 BODY COMBAT 小池	フリ	12:15~13:00 DANCE 濱野	フリ			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	13:00~13:45 初級 関戸	13:15~13:45 BODY COMBAT 小池	13:30~14:15 初級者クラス 天野 13:30~14:15 aqu ZUMBA 小澤			13:15~14:00 BODY PUMP 舟久保					13:15~14:00 DANCE 濱野	13:30
14:00		13:30~14:30 初級 二田									13:30~14:30 SALSATION Sammy				14:00
14:30	14:15~14:45 BODY ATTACK				14:00~15:00 ピラティス 在原				14:00~15:00 中級 中村					14:15~15:00 BODY PUMP 舟久保	14:30
15:00									14:15~15:15 Smile Step&Stretch ルミナーツ		14:45~15:30 BODY COMBAT 小池			15:15~16:00 週替わり バーチャル	15:00
15:30									15:30~16:30 Smile Step&Stretch ルミナーツ					5日・BODY BALANCE 12日・BODY COMBAT 19日・BODY BALANCE 26日・BODY COMBAT	15:30
16:00															16:00
16:30															16:30
17:00		C1 16:30~17:30 子供 スイミング 一部 利用 制限 あり	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 一部 利用 制限 あり	16:30~17:30 Active Sports Education	C3 16:30~17:30 子供 スイミング 一部 利用 制限 あり			C5 16:30~17:30 子供 スイミング 一部 利用 制限 あり		17:00~17:45 FIT HOP Sammy				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	17:30~18:30 Active Sports Education	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											18:00~18:45 週替わり バーチャル				18:00
18:30	18:30~19:15 ヨガ 栗原										4日・BODY PUMP 11日・BODY ATTACK 18日・DANCE 25日・BODY BALANCE				18:30
19:00		19:00~20:00 初級 二田	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 中級 中村					19:00
19:30	19:30~20:15 BODY COMBAT 小池														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 FIT HOP Sammy				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	

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 9:00～22:00
 ○土・日・祝 9:00～21:00
 ○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