

レッスントイムスケジュール

2026年8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															10:00	
10:30												A6 10:00~11:00 子供 スイミング	一部 利用 制限 あり			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			B6 11:00~12:00 子供 スイミング				11:00
11:30															11:30	
12:00	12:00~12:45 CHOREOLOGY Sammy	フリ ー	12:15~13:00 BODY COMBAT 小池	フリ ー	12:15~13:00 DANCE 演野	フリ ー			12:00~12:30 初心者ｸﾗｽ 天野	フリ ー		フリ ー		フリ ー	12:00	
12:30								12:45~13:15 初心者ｸﾗｽ 天野							12:30	
13:00	13:00~14:00 SALSATION Sammy		13:15~14:00 やさしいエアロ 萱沼		13:15~14:00 初級 関戸			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		13:30~14:30 SALSATION Sammy		13:15~14:00 DANCE 演野		13:00	
13:30		13:30~14:30 初級 二田			14:00~15:00 ピラティス 在原				14:00~15:00 中級 中村						13:30	
14:00															14:00	
14:30															14:30	
15:00															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	一部 利用 制限 あり	16:30~17:30 子供バレエ 幼児クラス	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	フリ ー コ ー ス			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 栗原	フリ ー		フリ ー							18:00~18:45 ▶ BODY ATTACK	フリ ー	【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		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	19:00~20:00 ヨガチャレンジ 萱沼				19:00	
19:30	19:30~20:15 BODY COMBAT 小池														19:30	
20:00		コ ー ス	20:15~21:00 ZUMBA 斉藤		20:30~21:15 FIT HOP Sammy			20:15~21:00 ▶ BODY ATTACK							20:00	
20:30	20:30~21:15 DANCE 演野												20:30			
21:00													21:00			
21:30																
22:00	22:00 閉館							22:00 閉館		21:00 閉館						
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																