レッスンタイムスケジュール

2026年11月

月曜日

スタジオ

- 11：00〜11：45 エアロビクス 萱沼
- 12：00〜12：45 CHOREOLOGY Sammy
- 13：00〜14：00 SALSATION Sammy
- 18：30〜19：15 ヨガ 栗原
- 19：30〜20：15 BODY COMBAT 小池
- 20：30〜21：15 DANCE 濱野

プール

- 11：00〜11：45 水中歩行・運動 二田
- 13：30〜14：15 初級 関戸
- C1 16：30〜17：30 子供 スイミング
- D1 17：30〜18：30 子供 スイミング
- 19：00〜19：45 初級 二田
- フリーコース
- 一部利用制限あり

火曜日

スタジオ

- 11：00〜12：00 ZUMBA 斉藤
- 12：15〜13：00 BODY COMBAT 小池
- 13：15〜14：00 エアロビクス 萱沼
- 16：30〜17：30 子供バレエ 幼児クラス
- 17：30〜18：30 子供バレエ 小学生クラス
- 19：15〜20：00 BODY PUMP 舟久保
- 20：15〜21：00 ZUMBA 斉藤

プール

- 11：00〜11：30 水中歩行 天野
- 11：30〜12：00 腰痛体操 天野
- 13：30〜14：30 中級 二田
- C2 16：30〜17：30 子供 スイミング
- D2 17：30〜18：30 子供 スイミング
- フリーコース
- 一部利用制限あり

水曜日

スタジオ

- 11：00〜12：00 ヨガ 栗原
- 12：15〜13：00 DANCE 濱野
- 13：15〜13：45 BODY COMBAT 小池
- 14：00〜15：00 ピラティス 在原
- 19：15〜20：15 ピラティス 在原
- 20：30〜21：15 FIT HOP Sammy

プール

- 11：00〜12：00 中級 関戸
- 12：45〜13：15 初心者ｸﾗｽ 天野
- 13：30〜14：15 aqua ZUMBA 小澤
- C3 16：30〜17：30 子供 スイミング
- D3 17：30〜18：30 子供 スイミング
- 19：00〜20：00 中級 二田
- フリーコース
- 一部利用制限あり

3週目はバレトン

22：00　閉館

木

休館日

金曜日

スタジオ

- 11：00〜12：00 ピラティス 在原
- 12：15〜13：00 バレトン 在原
- 13：15〜14：00 BODY PUMP 舟久保
- 19：15〜20：00 ZUMBA 大森
- 20：15〜21：00 BODY ATTACK

プール

- 11：00〜11：45 ウォークジョグ 関戸
- 12：00〜12：30 初心者ｸﾗｽ 天野
- 14：00〜15：00 中級 中村
- C5 16：30〜17：30 子供 スイミング
- D5 17：30〜18：30 子供 スイミング
- 19：00〜20：00 中級 中村
- フリーコース
- 一部利用制限あり

22：00　閉館

土曜日

スタジオ

- 13：30〜14：30 SALSATION Sammy
- 14：45〜15：30 BODY COMBAT 小池
- 17:00〜17：45 FIT HOP Sammy
- 18：00〜18：45 BODY ATTACK
- 19：00〜20：00 ヨガチャレンジ 萱沼

プール

- A6 10：00〜11：00 子供 スイミング
- B6 11：00〜12：00 子供 スイミング
- 一部利用制限あり
- フリーコース

21：00　閉館

日曜日

スタジオ

- 13：15〜14：00 DANCE 濱野
- 14：15〜15：00 BODY PUMP 舟久保
- 15：15〜16：00 週替わり バーチャル

プール

- 11：00〜11：45 水中歩行・運動 二田
- フリーコース

1日・BODY ATTACK
8日・BODY COMBAT
15日・BODY ATTACK
22日・BODY COMBAT
29日・BODY ATTACK

【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