

りすば豊橋

会議室&プール プログラムタイムスケジュール

2024年第4期(11月1日~12月28日)

月曜日	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		9:00 30 10:00 30 11:00 30 12:00 30 13:00 30 14:00 30 15:00 30 16:00 30 17:00 30 18:00 30 19:00 30 20:00 30 21:00 30
	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	会議室	プール	
休館日の為 終日ご利用頂けません													9:00
													30
		😊		😊				😊					30
		ボディバランス 10:30-11:30 森田		ヨガ 10:30-11:30 後藤		ZUMBA 10:30-11:30 後藤		ピラティス 10:30-11:30 新田					11:00
		😊	😊			😊							30
		水ディコンパット(テック) 11:45-12:30 岡本	アクアジョギング 11:50-12:20 後藤			アクアジョギング 11:50-12:20 後藤							12:00
		😊				😊							30
		コアクロス 12:45-13:15 岡本		😊	大人水泳 初級 13:00-14:00		アクアZUMBA 12:30-13:15 後藤		😊	ヨガ 13:00-14:00 山崎	大人水泳 中上級 13:00-14:00		13:00
		😊		😊		😊							30
		ZUMBA GOLD 13:30-14:30 後藤		免疫UP健康教室 13:30-14:30 鈴木		太極拳 13:30-14:30 石田							14:00
													30
													15:00
													30
													16:00
												30	
												17:00	
												30	
												18:00	
												30	
												19:00	
	😊		😊		😊							30	
	太極拳 19:15-20:15 石田		ピラティス 19:15-20:15 久曾神		ピラティス 19:15-20:15 久曾神		ZUMBA 19:15-20:15 後藤					20:00	
												30	
												21:00	
												30	

子どもスクール
10:20-12:30
※11月・12月・1月・3月限定

子どもスクール
15:30-18:00

子どもスクール
15:30-19:30

子どもスクール
15:30-19:30

子どもスクール
K POP
幼児クラス
15:30-16:30

子どもスクール
K POP
小学生クラス
16:40-17:40

子どもスクール
15:30-19:30

子どもスクール
15:30-19:30