

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

2025年第5期(1月15日~3月18日)

月曜日	火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
	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	
9:00													9:00
10:00													10:00
11:00	😊 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
12:00	😊 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	😊 ヒップクロス 11:45-12:15 後藤		😊 アクアジョギング 11:50-12:20 後藤					子どもスクール 10:20-14:00			12:00
13:00	😊 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
14:00	😊 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
15:00													15:00
16:00						子どもスクール K POP 幼児クラス 15:30-16:30							16:00
17:00		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 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 15:30-18:00			17:00
18:00													18:00
19:00	😊 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					19:00
20:00													20:00
21:00													21:00

休館日の為 終日ご利用頂けません

子どもスクール
10:20-12:30
※1月~3月限定