

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年度第1期(4月1日~5月31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												
9:30												
10:00												
10:30	😊		😊				😊					
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	学校水泳 9:00~11:35 5月~12月 使用場所 25mプール2レーン ちびっ子プール ユニバーサルプール	ピラティス 10:30-11:30 新田	学校水泳 9:00~11:35 5月~12月 使用場所 25mプール2レーン ちびっ子プール ユニバーサルプール			
12:00	😊	😊	😊		😊							
12:30	ボディコンバット45 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			リフレッシュエアロ 11:45-12:45 光部		子どもスクール 10:20-14:00 使用場所 25mプール2レーン		
13:00	😊			😊								
13:30	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		
14:00	😊		😊		😊							
14:30	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							
15:00												
16:00												
16:30												
17:00									😊			
17:30		子どもスクール 15:30-19:30 使用場所 25mプール2レーン	子どもスクール HIP HOP 小学生クラス 16:40-17:40	子どもスクール 15:30-19:30 使用場所 25mプール2レーン	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 使用場所 25mプール2レーン		😊	コアクロス 16:00-18:30 岡本	子どもスクール 15:30-18:00 使用場所 25mプール2レーン	
18:00												
18:30												
19:00	😊		😊		😊							
19:30	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							
20:00												
20:30												
21:00												
21:30												

休館日の為 終日ご利用頂けません