

コナミスポーツクラブ東岸和田

スタジオ＆プール プログラムタイムスケジュール

2025年8月

月曜日					火曜日					水曜日					木曜日	金曜日					土曜日					日曜日				
スタジオ1	1Fカルチャー	プール			スタジオ1	1Fカルチャー	プール			スタジオ1	1Fカルチャー	プール				スタジオ1	1Fカルチャー	プール			スタジオ1	1Fカルチャー	プール			スタジオ1	プール			
10:00	😊				😊				😊				休館日の為 終日ご利用頂けません	😊			スイミング スクール	😊			スイミング スクール	😊			10:00					
30	ヨガ(心) 10:20～11:05 水浦 露子		アクアピクス(シェイプ) 10:30～11:00 中西 真貴子		ヨガ(体) 10:20～11:05 有田 妃那				ヨガ(心) 10:20～11:05 水浦 露子					ヨガ(心) 10:20～11:05 古別府 知子				10:00～12:00 自由遊泳 3～4コース	オリジナルケア(背骨調律 エクササイズ) 10:20～11:05 石垣 浩子			9:00～12:00 自由遊泳 1～3コース	😊	ボディバランス45 ※ST 10:20～11:05 東出 麻里		スイミング スクール 8:45～13:00	30			
11:00						1Fカルチャー 有料スクール	アクアピクス(シェイプ) 11:00～11:30 古別府 知子									有料スクール							平泳ぎ 11:15～11:45 矢野 圭一郎					11:00		
30	オリジナルケア (パレトン・ソール) 11:30～12:15 中西 真貴子		スイミング (中・上級) 11:30～12:30		オリジナルダンス (HIP HOP) 11:30～12:10 有田 妃那	枕で寝ながら 免疫力UP！ 11:30～12:30 森田 興子 神藤 豊和		有料スクール	ZUMBA 11:30～12:15 中西 真貴子			腸活 温活 水中懸空・温活ウォーキング 12:00～12:30 平井 悠貴			ZUMBA 11:30～12:15 細谷 明美				ZUMBA 11:30～12:15 石垣 浩子				スイミング (初・中級) 12:15～13:00 梨木 敬子		ZUMBA 11:30～12:15 平木 司			12:00		
12:00		有料スクール	スタッフ		😊																				😊				30	
30	フラダンス 12:45～13:30 中谷 祐見子	青春らくら(健康体操 12:30～13:00 石垣 浩子			ヨガ(心) 12:30～13:15 中川 幸代	1Fカルチャー 有料スクール	スイミング(初級) 13:00～13:30 井久保 瑞穂			レスミルズピラティス30 12:45～13:15 中西 真貴子					シンプリーステップ 12:45～13:25 石田 直子					12:30～13:30 スタッフ					バレエエクササイズ 12:45～13:30 有門 智子	有料スクール	ボディパンプ45※TB 13:00～13:45 京田 英之		13:00	
13:00																													30	
30					シンプリーエアロ 13:35～14:15 中川 幸代	枕で寝ながら 免疫力UP！ 13:30～14:30 森田 興子 神藤 豊和				シェイプエアロ 13:45～14:30 石垣 浩子															変更	ボディアタック 14:00～15:00 松本 健太郎	スイミング スクール 13:30～14:45 自由遊泳 1～3コース			14:00
14:00	😊																												30	
30	ステップ・アップ 14:00～14:20 古別府 知子		フィンスイミング 14:00～14:45 堀下 史絵																										15:00	
15:00					😊					😊																				30
30	メガダンス45 15:10～15:55 石垣 浩子	有料スクール			太極拳 15:00～15:45 森田 興子					オリジナルケア (背骨調律エクササイズ) 15:00～15:45 石垣 浩子					ヨガ(心) 15:15～16:00 辻本 多佳子											😊	レスミルズピラティス30 15:45～16:15 京田 英之			16:00
16:00			スイミング スクール 15:45～20:30																										30	
30																													17:00	
17:00																													30	
30																													18:00	
18:00																													30	
30																													19:00	
19:00																													30	
30	😊														😊	身体調整ヨガ	19:15～20:15												20:00	
20:00	レスミルズピラティス30 19:45～20:15 水田 由美子				ボディコンバット 19:45～20:45 山下 和訓					ボディアタック30 19:45～20:15 山下 和訓					ボディパンプ45※TB 19:45～20:30 水田 由美子														30	
30										😊																				21:00
21:00	シンプリーステップ 20:45～21:25 水田 由美子		フィンスイミング 21:00～21:45 矢野 圭一郎		😊		背泳ぎ 21:00～21:30 矢野 圭一郎			ボディパンプ60 20:45～21:45 山下 和訓					ボディアタック45 21:00～21:45 水田 由美子					フィンスイミング 21:00～21:45 出田 陽心								22:00		
30																													30	
22:00																													23:00	

■マーク表記について■

😊	ご参加が初めての方・久しぶりの方・体力に自信のない方も安心して楽しめます。
変更	前回のプログラムから変更になったクラスです。
有料スクール	別途、参加料が必要なクラスです。 ※月額会費クラスとなります
NEW	今回より新たに導入したクラスです。

■営業時間のご案内■

月・火・水・金	10:00～23:00
土	10:00～20:00
日・祝	10:00～18:00
※祝休日は特別プログラムでございます。	

※※ お知らせ ※※

8月1日(金)・2日(土)・11日(月)～13日(水)・31日(日)はスクール休講日の為、プールはフリー遊泳のみとなります。
尚、アクアピクスは開催予定です。※諸事情により中止や変更になる場合もございますのでHPよりご確認ください。
※お盆休館:8月15日(金)～17日(日)

コナミスポーツクラブ東岸和田

スタジオ&プール プログラムタイムスケジュール

2025年9月

月曜日				火曜日				水曜日				木曜日	金曜日				土曜日				日曜日			
スタジオ1	1Fカルチャー	プール		スタジオ1	1Fカルチャー	プール		スタジオ1	1Fカルチャー	プール			スタジオ1	1Fカルチャー	プール		スタジオ1	1Fカルチャー	プール		スタジオ1	プール		
10:00	😊			😊				😊				休館日の為 終日ご利用頂けません	😊		スイミング スクール	😊		スイミング スクール	😊	スイミング スクール	😊	スイミング スクール	10:00	
30	ヨガ(心) 10:20～11:05 水浦 露子		アクアピクス(シェイプ) 10:30～11:00 中西 真貴子	ヨガ(体) 10:20～11:05 有田 妃那				ヨガ(心) 10:20～11:05 水浦 露子					ヨガ(心) 10:20～11:05 古別府 知子			10:00～12:00 自由遊泳 3～4コース	オリジナルケア(背骨調律 エクササイズ) 10:20～11:05 石垣 浩子		9:00～12:00 自由遊泳 1～3コース	ボディバランス45 ※ST 10:20～11:05 東出 麻里		スイミング スクール 8:45～13:00	30	
11:00					1Fカルチャー 有料スクール	アクアピクス(シェイプ) 11:00～11:30 古別府 知子								有料スクール					平泳ぎ 11:15～11:45 矢野 圭一郎				11:00	
30	オリジナルケア (パレトン・ソール) 11:30～12:15 中西 真貴子		スイミング (中・上級) 11:30～12:30 スタッフ	オリジナルダンス (HIP HOP) 11:30～12:10 有田 妃那	枕で寝ながら 免疫力UP！ 11:30～12:30 森田 興子 神藤 豊和		有料スクール	ZUMBA 11:30～12:15 中西 真貴子		腸活 温活 水中腸活・温活ウォーキング 12:00～12:30 平井 悠貴			ZUMBA 11:30～12:15 細谷 明美				ZUMBA 11:30～12:15 石垣 浩子			ZUMBA 11:30～12:15 平木 司			12:00	
12:00		有料スクール		😊															スイミング (初・中級) 12:15～13:00 梨木 敬子		😊		30	
30	フラダンス 12:45～13:30 中谷 祐見子		平泳ぎ 13:00～13:30 堀下 史絵	ヨガ(心) 12:30～13:15 中川 幸代	1Fカルチャー 有料スクール	スイミング(初級) 13:00～13:30 井久保 瑞穂		レスミルズピラティス30 12:45～13:15 中西 真貴子					シンプリーステップ 12:45～13:25 石田 直子		12:30～13:30 スタッフ		12:45～13:30 有門 智子	有料スクール		ボディパンプ45※TB 13:00～13:45 京田 英之			13:00	
13:00																								30
30																								30
14:00	😊							😊						シェイプエアロ 13:45～14:30 石垣 浩子		スイミング(中級) 14:00～14:45 スタッフ		NEW ボディコンバット30 14:00～14:30 秦 優人		腸活 温活 水中腸活・温活ウォーキング 14:00～14:30 村田 歩樹			14:00	
30	ステップ・アップ 14:00～14:20 古別府 知子		フィンスイミング 14:00～14:45 堀下 史絵																					30
15:00		有料スクール		😊				😊						オリジナルケア (背骨調律エクササイズ) 15:00～15:45 石垣 浩子						スイミング スクール 14:45～20:00	14:15～15:15 京田 英之	スイミング(初級) 15:00～15:30 岩崎 航平		15:00
30	メガダンス45 15:10～15:55 石垣 浩子			太極拳 15:00～15:45 森田 興子																	😊			30
16:00			スイミング スクール 15:45～20:30																					16:00
30																								30
17:00																					■プールプログラムについて■			17:00
30																					・担当者名の「スタッフ」に関しては 担当者が決まり次第「館内掲示」「HP」 にてご案内します。			30
18:00																								18:00
30																					■定員・予約について■			30
19:00															有料スクール						スタジオ定員	ツール未使用 50名	ツール使用 40名	19:00
30															身体調整ヨガ						WEB予約可能最大数 ※メンバーサービスより予約可能	ツール未使用 24名	ツール使用 19名	30
20:00	😊							😊						ボディパンプ45※TB 19:45～20:30 水田 由美子		19:15～20:15 石田 直子				当日予約可能最少数 ※施設にて予約可能	ツール未使用 26名	ツール使用 21名	20:00	
30																					※スタジオ参加WEB予約は有料です。(1クラス550円※税込) ※予約方法がご不明な場合は、施設スタッフへお尋ねください。			30
21:00	シンプリーステップ 20:45～21:25 水田 由美子		フィンスイミング 21:00～21:45 矢野 圭一郎	😊				😊						ボディアタック45 21:00～21:45 水田 由美子		フィンスイミング 21:00～21:45 出田 陽心	■マーク表記について■			■営業時間のご案内■			21:00	
30				ヨガ(体) 21:15～22:00 東出 麻里														😊	ご参加が初めての方・久しぶりの方・体力に 自信のない方も安心して楽しめます。	月・火・水・金	10:00～23:00		30	
22:00																		変更	前回のプログラムから変更になったクラスで す。	土	10:00～20:00		22:00	
30																		有料スクール	別途、参加料が必要なクラスです。 ※月額会費クラスとなります	日・祝	10:00～18:00		30	
23:00																		NEW	今回より新たに導入したクラスです。	※祝休日は特別プログラムでございます。			23:00	

※※ お知らせ ※※

9月15日(月)・23日(火)はスクール休講日の為、プールはフリー遊泳のみとなります。
※諸事情により中止や変更になる場合もございますのでHPよりご確認ください。

詳しくはホームページまたは施設までお問い合わせください。

072-493-0390

II コナミスポーツクラブ 東岸和田

大阪府岸和田市上松町2-11-15

お問い合わせは
こちら **072-493-0390**

[詳しくは WEB で検索 ▶](#)

コナミスポーツクラブ 東岸和田

検索

営業時間	入会受付時間
月・火・水・金 10:00～23:00	月・火・水・金 11:00～21:00
土 10:00～20:00	土 11:00～18:00
日・祝休日 10:00～18:00	日・祝休日 11:00～16:00

休館日

木曜日

※施設点検・清掃のため、休館いたします。



JR阪和線
**東岸和田駅より
東へ徒歩7分**

駐車場

クラブ会員 **120分無料!**

子ども
スクール会員 **90分無料!**

施設見学・施設体験・目的別体験をご希望の場合
ここをタップ！