コナミスポーツクラブ 鳴海山下　スタジオ＆プール　プログラムタイムスケジュール 2025年7月

月曜日

スタジオ1
- コンディショニングエアロ（有酸素＆コア） 10:30-11:15 平井 徳子
- NEW オンラインレッスン Live配信クラス LES MILS SHAPES 11:45-12:15 鎌田 真生
- 変更 だれでもストレッチ15 12:30-12:45 和田
- NEW 簡短筋トレ 13:00-13:15 武居
- 変更 ボディコンバット45 13:30-14:15 田嶋 孝弘
- シェイプエアロ 14:45-15:30 岡本 浩史
- ス カルチャー有料スクール（フラダンス60） 16:00-17:00 LUANA
- オンラインレッスン Live配信クラス ボディコンバット45 19:30-20:15 ASAHI
- ボディパンプ45 20:30-21:15 武居 直美

スタジオ2
- 運動塾（体操） 10:30-11:20
- 運動塾（体操） 15:30-19:45
- ス 少人数有料スクール（HIPHOP） 20:30-21:30 AKI

プール
- 運動塾（スイミング） 11:40-12:30
- 運動塾（スイミング） 15:30-20:00

プール
- アクアビクス（エンジョイ） 10:15-11:00 脇本 真由美
- 平泳ぎ(初級) 11:15-11:45 脇本 真由美
- ウォーク＆ジョグ 14:00-14:30 平松 布美江

チェックアウトタイム22:00

火曜日

休館日の為 終日ご利用頂けません

水曜日

スタジオ1
- 変更 ピランクスヨーガ 10:30-11:15 武居 直美
- 変更 オンラインレッスン Live配信クラス アクティブストレッチ 12:00-12:30 花里眞理子
- 変更 ボディバランス30 13:00-13:30 ※ST 藤堂瑤子
- 変更 ボディジャムテック＆30 13:45-14:30 藤堂瑤子
- ボディアタック30 14:45-15:15 加藤 理紗
- カルチャースクール（クラシックバレエ） 16:45-18:50
- ボディコンバット30 19:15-19:45 寺田 春奈
- ビデオレッスン ボディパンプ30 20:00-20:30 ビデオレッスン
- シェイプエアロ 20:45～21:30 平井 徳子

スタジオ2
- 運動塾（体操） 10:30-11:20
- 運動塾（体操） 11:40-12:30
- ス 少人数有料スクール（ストレッチポール） 13:30-14:30 望月 亜紀
- 運動塾（体操） 15:30-19:45
- 変更 ス 少人数有料スクール（ボディジャム＋テクニック） 20:15-21:30 寺田 春奈

プール
- 運動塾（スイミング） 10:30-11:20
- 有 550円(税込) スイミング(初中級) 10:45-11:30 山之内 勲
- 運動塾（スイミング） 11:40-12:30
- ス 有料スクール マスターズスイミング 12:45-14:15 山之内 勲 ※子供プールを4レーン使用させていただきます
- 運動塾（スイミング） 15:30-20:00

プール
- アクアビクス（エンジョイ） 12:30-13:15 小野 慶子

チェックアウトタイム22:00

木曜日

スタジオ1
- 変更 ボディパンプ45 10:15-11:00 武居 直美
- ス カルチャー有料スクール ジャズダンス（中上級） 11:15～12:15 塩谷 友美
- ス カルチャー有料スクール（フラダンス75） 12:30-13:45 LUANA
- ヨガ（心） 14:15-15:00 都 美香
- カルチャースクール（ダンシングスターズ） 16:15-18:55
- 変更 ボディコンバット45 19:45-20:30 鬼頭 孝彰
- 変更 ボディジャム45 20:45-21:30 渡邊 亜以美

スタジオ2
- ジャズダンス（初心） 10:15-11:00 塩谷 友美
- 変更 ボディコンバットテック＆30 11:30-12:15 武居 直美
- 運動塾（体操） 15:30-18:20
- カルチャースクール（合気道） 18:30-19:25
- ス 少人数有料スクール（オリジナルダンス） 20:30-21:30 藤堂 瑠子

プール
- ス 有料スクール デジタルノート成人水泳教室 中上級 10:30-11:30 谷口 憂羅
- 有料スクール デジタルノート成人水泳教室 初級 ス 11:30-12:30 谷口 憂羅
- 運動塾（スイミング） 15:30-20:00

プール
- アクアビクス（エンジョイ） 10:30-11:15 望月 亜紀

チェックアウトタイム22:00

金曜日

スタジオ1
- 変更 オリジナル健康体操（ピラティス） 10:30-11:15 望月 亜紀
- オリジナル健康体操（やさしいエアロ） 11:30-12:15 望月 亜紀
- 変更 オンラインレッスン Live配信クラス ボディコンバット 12:45～13:45 ASAHI
- ス カルチャー有料スクール（社交ダンス） 14:30-15:30 名古屋ダンスアカデミー
- メガダンス45 19:30-20:15 藤堂 瑠子
- シンプリーヨガ 20:30-21:15 平松 布美江

スタジオ2
- 運動塾（体操） 10:30-11:20
- 運動塾（体操） 11:40-12:30
- 運動塾（体操） 15:30-19:45
- ス 少人数有料スクール（オリジナルヨガ） 20:30-21:30 藤堂 瑠子

プール
- 運動塾（スイミング） 10:30-11:20
- 運動塾（スイミング） 11:40-12:30
- 運動塾（スイミング） 15:30-20:00

チェックアウトタイム22:00

土曜日

スタジオ1
- ヨガ（心） 10:30-11:15 丹下 亜希子
- 変更 ビデオレッスン ボディパンプ45 12:00-12:45 ビデオレッスン
- オンラインレッスン Live配信クラス ボディバランス30 13:15-13:45 ※FX 山崎舞子
- オンラインレッスン Live配信クラス メガダンス45 14:15-15:00 山崎 舞子
- ボディバランス45 ※ST 15:45-16:30 藤堂 瑠子
- ス カルチャー有料スクール ボディアタック60 17:00～18:00 加藤 理紗
- ボディコンバット45 18:15-19:00 武居 直美

スタジオ2
- 運動塾（体操） 9:00-13:00
- 運動塾（体操） 14:30-17:20
- カルチャースクール（空手） 17:30-19:00

プール
- 運動塾（スイミング） 9:00-11:00
- 運動塾（スイミング） 11:10-12:00
- 運動塾（スイミング） 11:30-12:20
- 運動塾（スイミング） 12:30-19:00

プール

チェックアウトタイム20:00

日曜日

スタジオ1
- ボディバランス45 ※FX 10:30-11:15 川瀬 多美枝
- シェイプエアロ 11:45-12:30 川瀬 多美枝
- ビデオレッスン 初心者向けオリエンテーション 13:00-13:20
- NEW カルチャー有料スクール ボディステップ60 13:45～14:45 加藤 理紗
- 変更 ボディコンバット45 15:15-16:00 週替り
- 変更 ボディパンプ45 16:30-17:15 鬼頭 孝彰

スタジオ2
- 運動塾（体操） 9:30-15:45

プール
- 運動塾（スイミング） 9:30-14:30

チェックアウトタイム18:00

7月はお試し期間
初参加は無料
２回目以降は８８０円
予約制です

【 マーク表記に関して 】

☺	【安心】	ご自身のペースで運動を行いたいと考える方へお勧めするクラス。
ス	【スクール】	大人有料スクール
有	【有料】	別途参加料金が必要です。
NEW	【NEW】	今回より新たにスタートしたプログラム（クラス）です。
変更	【変更】	前回より時間・内容・担当者等が変更となったプログラム(クラス)です。
オンラインレッスン Live配信クラス		オンラインライブレッスンです。スクリーンへインストラクターを投影し、ライブ中継でのレッスンです。
ビデオレッスン		アーカイブレッスンです。オンラインライブレッスンを録画したものをスクリーンに投影します。
		オープンレッスンです。扉を開けたままレッスンを行います。途中入退場ができるクラスです。
		【ツアー型オリエンテーション】ビデオレッスンにて、「マシンジムのご利用案内」「１５分のスタジオ体験レッスン」を行います。

大人スクール一覧

大人少人数スクール　【定員１０名】

スクール名	開講日/時間	月会費	担当
HIPHOP	月曜日/20:30-21:30	4,730円(税込)	AKI
ストレッチポール	水曜日/13:30-14:30	6,930円(税込)	望月 亜紀
ボディジャムテック＆マスター	水曜日/20:15-21:30	5,830円(税込)	寺田 春奈
オリジナルヨガ	金曜日/20:30-21:30	4,730円(税込)	藤堂 瑤子
オリジナルダンス（初級）	木曜日/20:30-21:30	4,730円(税込)	藤堂 瑤子

成人水泳教室【定員２０名】

マスターズスイミング	水曜日/12:45-14:15	5,830円(税込)	山之内 勲

大人カルチャースクール一覧【定員２０名】

スクール名	開講日/時間	月会費	担当
フラダンス	木曜日/12:30-13:45	4,730円(税込)	LUANA
社交ダンス	金曜日/14:30-15:30	4,730円(税込)	名古屋ダンスアカデミー
ジャズダンス(中上級)	木曜日/11:15-12:15	5,830円(税込)	塩谷 友美
ボディアタック	土曜日/17:00-18:00	月４回/4,730円(税込) 月２回/3,630円(税込)	加藤 理紗
ボディステップ	日曜日/13:45-14:45	月４回/4,730円(税込) 月２回/3,630円(税込)	加藤 理紗

デジタルノート成人水泳教室【定員１５名】

中上級	木曜日/10:30-11:30	5,830円(税込)	谷口 憂羅
初級	木曜日/11:30-12:30	5,830円(税込)	谷口 憂羅

月会費制の大人向けスクールです。ご入会をご希望の方はフロントにてお手続きをお願いいたします。無料体験(初回限定)も承っております。
毎回参加は難しいという方には都度参加費をお支払いいただくことでご参加いただけるワンタイム利用(2,200円税込/回)もございます。※フロントにてご予約をお願いいたします。

■当施設をご利用の会員様へのお願い■

コナミスポーツクラブをご利用頂き、誠にありがとうございます。
皆様が快適にご利用頂くために、以下の内容についてお願い申し上げます。

●プログラム参加の際は指定された場所にお並びください。
●お並びの際、お荷物での順番確保はご遠慮ください。
●レッスン開始10分前からご予約の方から順に入場のご案内を致します。
　定員に達し次第締め切らせていただきます。
●レッスンの途中入退場はご遠慮ください。予め水分補給ができるものをご用意ください。

スタジオ定員

スタジオ１	５０名(WEB予約枠30名) ※ツール使用プログラム40名	【スタジオ予約サービスについて】 並ばずに参加したい方、自分の好きな場所で参加したい方は便利なWEB予約サービス(有料)をご利用ください。 ◆スタジオ予約(WEB)参加サービスは有料となります。550円(税込)／１クラス ◆WEB予約以外での参加方法は前のクラス開始以降にスタジオ前の印(番号順)に沿って整列ください。
スタジオ２	２０名(WEB予約枠15名)	

コナミスポーツクラブ鳴海山下

■ 営業時間のご案内 ■

曜 日	営 業 時 間
月・水・木・金	10:00～22:00
土	10:00～20:00
日・祝祭日	10:00～18:00

【休館日】　火曜日