コナミスポーツクラブ はりまや橋

2025年8月～9月 スタジオ＆プールプログラムタイムスケジュール

月曜日

スタジオ

- Live配信クラス　ボディバランス60　10:15-11:15　鎌田 真生
- Live配信クラス　LES MILLS SHAPES 30　11:45-12:15　鎌田 真生
- ボディパンプ45　12:45-13:30　SEIYA　（定員28名）
- シンプリーエアロ　14:00-14:40　安岡 知洋
- 有料スクール　少人数制スタジオレッスン　オリジナルバレエ　15:15-16:15　安並 真理子
- コアクロス　18:00-18:30　スタッフ
- Live配信クラス　ボディパンプ30　18:45-19:15　アーカイブレッスン
- Live配信クラス　ボディコンバット45　19:30-20:15　ASAHI

プール

- 朝の水泳教室　※水泳教室会員専用レッスン　10:30-11:30　安井 千笑・村上 昇
- バタフライ(初級)　11:45-12:15　村上 昇
- 背泳ぎ(初級)　12:45-13:15　安井 千笑
- デジタルノート　成人水泳教室（初級）　13:30-14:30　安井 千笑
- 運動塾（子供）スクール実施　運動塾時は2～3レーン使用　選手コース時は4コース使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- 平泳ぎ(初級)　20:30-21:00　塩田 大智

火曜日

スタジオ

- シンプリーステップ　10:30-11:10　西内 勝範
- コアクロス　11:25-11:55　SEIYA
- シンプリーエアロ　12:10-12:50　JUNKO
- オリジナルケア（シンテックス）　13:10-13:55　JUNKO
- ボディパンプ45　14:15-15:00　SEIYA　（定員28名）
- 運動塾　ダンシングスターズ　17:30-18:30
- コアクロス　19:00-19:30　スタッフ
- 有 Live配信クラス　ボディコンバット60　【有料】1,100円（税込）　20:00-21:00　Les Mills Japan National Trainer　谷 顕真　【定員 30名】

参加には別途1,100円（税込）かかります。
フロントにてご入金ください。
予約は1週間前からフロントにて直接、電話にて承ります。
※WEB予約はございません。

プール

- デジタルノート　成人水泳教室（初級）　11:00-12:00　村上 昇
- ベビー スイミング　※フリー遊泳できます
- クロール(初級)　12:15-12:45　安井 千笑
- 運動塾（子供）スクール実施　4コース使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- 変更 マスターズスイミング(初中級)　20:30-21:15　村上 昇

水曜日

スタジオ

- 1週間前から予約可能
- 有料スタジオプログラム　ヨガ　10:30-11:30　三味 美哉子
- シンプリーステップ　11:50-12:30　松岡 大介
- ボディバランス45※ST　12:50-13:35　田村 享子
  - 1・3・5 週目・・ST
  - 2・4 週目・・FX
- ZUMBA　13:50-14:35　和田 愛
- Live配信クラス　ボディコンバット30　15:00-15:30　北島 千晃
- Live配信クラス　ボディバランス30※ST　19:00-19:30　浦島 崇史
- 変更 ボディパンプ45　20:00-20:45　田村 享子　（定員28名）
  - 9月　BP45※TB

プール

- 朝の水泳教室　※水泳教室会員専用レッスン　10:30-11:30　田村 享子・奥 清信
- スイミング(中級)　11:40-12:25　奥 清信
- ツイストクロス　12:45-13:15　SEIYA
- 運動塾（子供）スクール実施　運動塾時は2～3レーン使用　選手コース時は4コース使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- 背泳ぎ(初級)　20:30-21:00　塩田 大智

木曜日

休館日の為　終日ご利用頂けません

金曜日

スタジオ

- シェイプエアロ　10:30-11:15　西内 勝範
- オリジナルケア（シンテックス）　11:45-12:30　JUNKO
- オリジナルダンス（ディスコワールド）　13:00-13:45　安岡 知洋
- ヨガ（体）　14:15-15:00　MITSU
- コアクロス　15:15-15:45　スタッフ
- ヨガ（体）　19:00-19:45　三味 美哉子
- ダンスミックス　20:15-21:00　三味 美哉子

プール

- スイミング(初級)　10:30-11:15　久松 亮
- 平泳ぎ(初級)　12:15-12:45　村上 昇
- スイミング（初級）　13:00-13:45　奥 清信
- マスターズスイミング　14:00-14:45　奥 清信
- 運動塾（子供）スクール実施　4コース使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- クロール(初級)　20:30-21:00　隅田 貴斗

土曜日

スタジオ

- Live配信クラス　ボディコンバット45　11:00-11:45　ASAHI
- Live配信クラス　ボディバランス30　12:00-12:30　アーカイブレッスン
- シェイプステップ　13:00-13:45　西内 勝範
- オリジナルサーキット　ファットバーンエクストリーム　14:15-14:45　西内 勝範
- ZUMBA　15:15-16:00　和田 愛
- 有料スクール　少人数制スタジオレッスン　オリジナルダンス　16:05-17:05　和田 愛
- ボディバランス45※ST　17:15-18:00　田村 享子
  - 1・3・5 週目・・ST
  - 2・4 週目・・FX
- コアクロス　18:20-18:50　スタッフ

プール

- 運動塾（子供）スクール実施　運動塾時は2～3レーン使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- 朝の水泳教室　※水泳教室会員専用レッスン　11:00-12:00　奥 清信　安井 千笑
- 運動塾（子供）スクール　※フリー遊泳できます
- ベビー スイミング　※フリー遊泳できます
- スイミング(中級)　14:00-14:45　奥 清信
- マスターズスイミング　15:00-15:45　奥 清信
- 運動塾（子供）スクール実施　3コース使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- スイミング(中級)　18:20-19:05　田村 享子

【 マーク表記に関して 】

😊	初めての方も安心して参加いただけます
有	別途参加費を頂いているクラスです。
ス	スクール会員対象クラスです。

■ 営業時間のご案内 ■

曜 日	営 業 時 間
月・火・水・金	10:00～22:00
土	10:00～20:00
日・祝	10:00～18:00

※祝休日は祝日プログラムへ変更となります。
※毎週木曜日は休館日です。

日曜日

スタジオ

- シンプリーエアロ　10:30-11:10　西内 勝範
- テクニカルエアロ　11:30-12:30　西内 勝範
- Live配信クラス　ボディバランス45※FX　13:00-13:45　齋藤 香帆
- 変更 ボディパンプ45　14:15-15:00　田村 享子　（定員28名）
  - 9月　BP45※TB
- ボディコンバット30　15:30-16:00　田村 享子
- Live配信クラス　メガダンス30　16:30-17:00　アーカイブレッスン

プール

- 運動塾（子供）スクール実施　運動塾時は2～3レーン使用　※その他レーンでのフリー遊泳できます。
- 有 デジタルノート　成人水泳教室（中級）　13:00-14:00　奥清信
- ベビー スイミング　※フリー遊泳できます
- クロール(中級)　14:15-15:00　奥 清信

WEB優先予約について

WEB予約は全レッスン対象になります。

■優先予約について

- ・メンバーサービスの登録が必要になります。
- ・プログラム実施日の1週間前から前日23:59まで予約できます
- ・5レッスン同時予約も可能。
- ・予約・キャンセルは前日23:59まで
- ・レッスン開始10分前にスタジオ前にお越しください。WEB優先予約の方から入場になります。

WEB優先予約定員数

- ・ツールを使用しないクラス　定員数：15名
- ・ツールを使用するクラス　定員数：14名

スタジオ定員数

- ・ツールを使用しないクラス　定員数：30名
- ・ツールを使用するクラス　定員数：28名