ウェルネスかなんぴあ タイムスケジュール

2026年3月

月曜日

休館日の為 終日ご利用頂けません

火曜日

スタジオ

- シェイプエアロ 9:20-10:05 松下 陽子
- ヨガ 10:20-11:05 松下 陽子
- 【定員 22名】シンプリーステップ 11:20-12:00 中村 尚美
- ZUMBA 12:30-13:30 細川 久美
- ボディシェイプ 13:45-14:30 中町 麻理
- 【定員 22名】ボディパンプ30 14:45-15:15 藤田 靖世
- 【定員 22名】ボディパンプ30 19:40-20:10 日野 孝真
- ボディコンバット 20:30-21:30 日野 孝真

大会議室

- ヨガ(休) 10:00-10:45 中村 尚美
- JSAボールエクササイズ 20:15-21:15 藤田 靖世

多目的室

- 有 【定員 14名】有料 書道教室 9:30-11:30 竹中 千恵子

健康増進室

- 有 【定員 15名】有料 フラダンス教室 10:30-11:30 カフリ(近藤 智栄)
- ス 体操教室(キンダー) 16:00-17:00 3歳-小1
- ス 体操教室(ジュニア) 17:15-18:15 小1以上

プール

- ウォーク&ジョグ 10:30-11:00 紅 久美子
- クロール(初級) 11:15-11:45 紅 久美子
- プライベートレッスン 13:00-13:30 予約制(有料)
- プライベートレッスン 13:30-14:00 予約制(有料)
- プライベートレッスン 14:15-14:45 予約制(有料)
- 変更 背泳ぎ(初級) 15:00-15:30 日野 孝真
- ス スイミングスクール(幼児) 16:00-17:00 ひよこ-13級(3歳-小1)
- ス スイミングスクール(児童・上級) 17:15-18:15 12級-ベスト(小学生以上)
- プライベートレッスン 18:15-19:00 予約制(有料)

水曜日

スタジオ

- 青竹エクササイズ 9:50-10:10 牧野 泰葉
- ボディコンバット30 10:30-11:00 日野 孝真
- 【定員 22名】ボディパンプ30 11:15-11:45 日野 孝真
- ボディバランス45 ※FX 12:00-12:45 島田 道恵
- ZUMBA GOLD 13:00-13:45 細川 久美
- ヨガ(休) 14:00-14:45 中町 麻理
- ス ジュニアダンス(入門クラス) 15:00-16:00 4歳-小2
- ス ジュニアダンス(低学年クラス) 16:10-17:10 小3以上
- ス ジュニアダンス(高学年クラス) 17:20-18:20 小4以上 ※ダンス経験者
- ボディバランス45 ※ST 19:15-20:00 藤田 靖世
- ボディアタック 20:15-21:15 林 丈裕

大会議室

- 有 【定員 20名】有料ヨガ教室(中級) 11:00-12:20 植村 智栄子
- プライベートレッスン 15:00-15:30 予約制(有料)

視聴覚室

- シンプリーエアロ 9:20-10:00 西中 真道
- シェイプエアロ 10:20-11:05 西中 真道

健康増進室

- 有 【定員 16名】有料ヨガ教室(初級) 9:20-10:40 植村 智栄子

会議室

- 有 【定員 10名】有料 絵手紙教室 10:00-12:00 辻野 佳州子

多目的室

- 有 【定員 10名】有料 カラオケ教室 11:00-12:00 小林 さゆ里

プール

- ウォーク&ジョグ 10:45-11:15 牧野 泰葉
- プライベートレッスン 12:05-12:50 予約制(有料)
- プライベートレッスン 12:55-13:40 予約制(有料)
- 変更 平泳ぎ(初級) 13:45-14:15 坂田 奈緒
- ス スイミングスクール(幼児) 14:45-15:45 ひよこ-13級(3歳-小1)
- ス スイミングスクール(児童) 16:00-17:00 15級-8級(小学生以上)
- ス スイミングスクール(上級) 17:15-18:15 7級-ベスト(小学生以上)
- プライベートレッスン 18:30-19:00 予約制(有料)
- スイミング(初級) 20:30-21:00 鍋目 涼太郎

木曜日

スタジオ

- 【定員 22名】シンプリーステップ 9:20-10:00 細川 久美
- シンプリーエアロ 10:15-10:55 細川 久美
- ストロングネーション 11:10-11:55 細川 久美
- ボディシェイプ 12:15-13:00 中町 麻理
- シェイプエアロ 13:15-14:00 西中 真道
- ワークアウトエアロ 14:15-15:00 西中 真道
- シェイプエアロ 19:30-20:15 森本 文美代
- 肩こり腰痛ケア体操 20:35-21:20 森本 文美代

大会議室

- ヨガ(心) A 9:20-10:05 植村 智栄子
- ヨガ(心) B 10:25-11:25 植村 智栄子
- 有 【定員 各20名】有料 太極拳教室 12:30-13:30 森田 興子 神藤 豊和

プール

- ウォーク&ジョグ 10:45-11:15 竹谷 兼直
- はじめて水泳 11:30-12:00 八坂 志奈子
- クロール(初級) 12:15-12:45 八坂 志奈子
- プライベートレッスン 13:00-13:30 予約制(有料)
- プライベートレッスン 13:30-14:00 予約制(有料)

ウェルネスかなんぴあ　タイムスケジュール　2026年3月

金曜日

スタジオ
- ZUMBA　9:15-10:00　山下　久美子
- フラダンス　11:30-12:15　Halau Lehua Ahihi
- 【定員　22名】ボディバンプ　12:45-13:45　日野　孝真
- ボディコンバット45　14:00-14:45　日野　孝真
- 変更　【定員　22名】ボディバンプ45　19:15-20:00　原田　龍
- ストロングネーション　20:15-21:15　細川　久美

大会議室
- オリジナルバレエ　10:20-11:00　non
- ボディバランス30 ※FX　11:45-12:15　島田　道恵
- JSAボールエクササイズ　12:45-13:45　藤田　鎗世
- プライベートレッスン　14:00-14:30　予約制（有料）

視聴覚室
- 有料大人バレエ教室　9:15-10:00　non
- ※バレエバーを使用してレッスンを実施します。

プール
- スイミング（中級）※バタフライ　11:15-11:45　日野　孝真
- スイミング（フォーム）　12:00-12:30　八坂　志奈子
- 1週目　バタフライ/2週目　背泳ぎ　3週目　平泳ぎ/4週目　クロール
- プライベートレッスン　12:45-13:30　予約制（有料）
- NEW　スイミングトレーニング　13:45-14:30　坂田　奈緒
- スイミングスクール（幼児）　15:30-16:30　ひよこ-13級（3歳-小1）
- スイミングスクール（児童・上級）　16:45-17:45　12級-ベスト（小学生以上）

土曜日

スタジオ
- シンプリーエアロ　9:30-10:10　中村　尚美
- シェイプエアロ　10:25-11:10　中村　尚美
- ボディバランス45 ※FX　11:30-12:15　島田　道恵
- 太極拳　13:30-14:15　森田　眞子・神藤　豊和
- フラダンス　15:30-16:15　Halau Lehua Ahihi
- ボディコンバット　16:45-17:45　原田　龍

大会議室
- ヨガ　14:30-15:15　永野　文子

健康増進室
- 体操教室（キンダー）　10:00-11:00　3歳-小1
- 体操教室（ジュニア）　11:15-12:15　小1以上

プール
- スイミングスクール（幼児）　10:00-11:00　ひよこ-13級（3歳-小1）
- スイミングスクール（児童）　11:15-12:15　15級-8級（小学生以上）
- スイミングスクール（上級）　12:30-13:30　7級-ベスト（小学生以上）
- プライベートレッスン　13:30-14:30　予約制（有料）
- プライベートレッスン　14:30-15:15　予約制（有料）
- プライベートレッスン　15:15-15:45　予約制（有料）
- スイミングスクール（幼児）　16:00-17:00　ひよこ-13級（3歳-小1）
- スイミングスクール（児童・上級）　17:15-18:15　12級-ベスト（小学生以上）

日曜日

スタジオ
- シェイプエアロ　10:30-11:15　森本　文美代
- コアクロス　11:40-12:10　松本　健太郎
- ボディアタック　12:30-13:30　松本　健太郎
- ボディバランス45　13:50-14:35　東出　麻里
- ヨガ　14:50-15:50　東出　麻里

大会議室
- 肩こり腰痛ケア体操　9:30-10:15　森本　文美代

プール
- 家族プール　10:00 - 17:00

かなんぴあ　■ 営業時間のご案内 ■

曜　日	営　業　時　間【受　付　時　間】
火曜日～金曜日	9:00-22:00【9:00-21:00】
土曜日・日曜日・祝日	9:00-19:00【9:00-18:00】

※毎週月曜日は休館日となります。月曜日が祝日の場合は、翌日が休館日となります。

【　マーク表記に関して　】

- 【安心マーク】　ご参加が初めての方・久しぶりの方・低体力者の方も安心してお楽しみ頂けます。
- NEW　【NEWマーク】　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　【変更マーク】　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。
- 有　【有料プログラムマーク】　別途参加料金が必要になります。
- ス　【スクールマーク】　別途参加料金が必要になります。（月額・回数で参加費を頂いているクラス）

■かなんぴあ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、誠に有難う御座います。　皆さま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あげます。

- ♪スタジオ・視聴覚室等のプログラムは、全て先着順となります。
- ♪整理券の配布は、各プログラム開始の30分前から、入場は15分前からとなります。
- ♪プログラム受講時の諸注意事項・ご案内に関しては、スタジオ付近の掲示物をご覧ください。
- ♪各レッスンは、諸事情により、時間・内容・インストラクターが急遽変更する場合がございますので、予めご了承ください。
- ♪レッスンの途中入場・退場は、固くお断りいたします。
- ♪スタジオ定員　25名/大会議室定員　なし/視聴覚室定員　35名
- ♪ツールを使用するクラスのスタジオ定員　22名
- ♪祝日等、特別プログラムになる場合がございます。
- ♪定員制のクラスがございます。
- ♪☆　マークは、ストレッチマットが必要になるクラスです。

ホームページQRコード