

【下福島プール スタジオ・プール タイムスケジュール】

2026年4月～

月 (MON)			火 (TUE)		水 (WED)		金 (FRI)		土 (SAT)		日 (SUN)	
スタジオ	会議室	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
9:00												
9:30				アクアピクス 藤本 9:30-10:00				アクアピクス 藤本 9:30-10:00				アクアピクス 藤本 9:30-10:00
10:00		大人水泳教室 (初級) 中村 9:30-10:30	ボールDE ピラティス 東口 10:00-11:00		太極拳 中村 9:50-10:50			太極拳 中村 9:50-10:50		レベルアップ 4泳法 大東 9:30-10:30	子ども 空手教室A 大浜 9:30-10:30	
10:30				ベビー スイミング 10:40-11:40		卓球教室A (初中級) 植山 10:40-11:40			ベビー スイミング 10:40-11:40			
11:00	ボール エクササイズ 入江 10:30-11:30	ストレッチチューブ ヨガ 菅原 10:30-11:30	ピラティス & ウォーキング 東口 11:10-12:10		大人水泳教室 (中級) 植山 10:40-11:40	関西卓球アカデミー 11:00-12:30		ZUMBA 松本 11:00-12:00	ピラティス & ウォーキング 東口 10:15-11:45	ベビー スイミング 10:40-11:40	子ども 空手教室B 大浜 10:45-11:45	
11:30												
12:00	ヨガ 菅原 11:45-12:45							フラダンス 西川 12:15-13:15				キッズバレエ (Aクラス) hitomi 12:00-13:00
12:30									ヨガ 水本 12:00-13:00			
13:00	はじめての 美・エクササイズ 福田 13:00-14:00				きらっと   体操 浅野 13:00-14:00					キッズダンス (Aクラス) HINANO 13:15-14:15		
13:30										リトル スイミング 13:30-14:30		
14:00						卓球教室B (中上級) 14:30-15:30					子ども 水泳教室 A6-① 14:30-15:40	卓球台 時間貸し 14:30-15:30
14:30	昭和歌謡で リズム運動 松本 14:15-15:00	リトル スイミング 14:30-15:30	子ども体操A II 山田 15:20-16:10	子ども水泳教室A2 15:30-16:40		関西卓球アカデミー 14:30-16:30		オリエンタルダンス ベリーダンス Satomi 16:00-17:00	キッズダンス (Bクラス) HINANO 14:15-15:15	子ども 水泳教室 A6-② 15:30-16:40	卓球台 時間貸し 15:30-16:30	
15:00			子ども体操B II 山田 16:20-17:15	子ども水泳教室B2 16:30-17:40				キッズバレエ (Cクラス) hitomi 16:45-17:45	キッズダンス (Gクラス) HINANO 15:15-16:15	子ども 水泳教室 B6 16:30-17:40	卓球台 時間貸し 16:30-17:30	
15:30	子ども 体操教室A1 田中 15:15-16:05	子ども 水泳教室A1 15:30-16:40	子ども体操C II 山田 17:25-18:25	子ども水泳教室C2 17:30-18:40						子ども 水泳教室 C6 17:30-18:40		
16:00	子ども 体操教室B1 田中 16:15-17:10	子ども 水泳教室B1 16:30-17:40	子ども体操D II 山田 18:35-19:35	大人水泳教室 (中級) 中島 18:55-19:55								
16:30												
17:00	ロックダンス Hanaoka 17:30-18:30	子ども 水泳教室C1 17:30-18:40			ヨガ 山本 18:30-19:30							
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00	トータル ボディケア 入江 19:50-20:50				青春コンディ ショニング 小田 19:45-20:45							
20:30												
21:00												

営業時間

4月～11月平日 9:00～22:00 (最終受付21:15)  
 土日・祝日、12月～3月平日 9:00～21:00 (最終受付20:15)

定休日 毎週木曜日  
 ※木曜日が祝日の場合は次の休日でない日が休館となります。  
 年末年始12月28日～1月4日は休館日

※都合により、教室が休講したり、担当者が変更したりする場合がございます。予め、ご了承ください。