ウェルネスかなんぴあ　タイムスケジュール

2026年10月～12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
- レズミルズピラティス 原田 龍 13:45-14:30
- 【定員 22名】ボディパンプ45 14:50-15:35 原田 龍
- 【定員 22名】ボディパンプ45 19:30-20:15 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（体） 10:00-10:45 中村 尚美
- NEW ヨガ（心） 13:00-14:00 濱 道代
- 【定員 22名】NEW ストレッチポール 19::30-20:00 藤田
- NEW 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）
- 10月 平泳ぎ 11月 バタフライ 12月 背泳ぎ
- 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 杠 久美子
- クロール（初級） 11:15-11:45 杠 久美子
- プライベートレッスン 12:00-12:30 予約制（有料）
- プライベートレッスン 12:30-13:00 予約制（有料）
- 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 13:35-14:20 予約制（有料）
- スイミング（初級） 14:30-15:00 日野 孝真
- ス 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 スイミングスクール（児童） 16:45-17:45 17級-8級（小学生以上）
- ス スイミングスクール（上級） 17:55-18:55 7級-ベスト（小学生以上）

水曜日

スタジオ

- 青竹エクササイズ 9:50-10:10 牧野 泰菜
- ボディコンバット30 10:25-10:55 日野 孝真
- 【定員 22名】ボディパンプ30 11:10-11:40 日野 孝真
- ZUMBA GOLD 12:00-12:45 細川久美
- ボディシェイプ 13:00-13:45 中町麻理
- ヨガ（体） 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
- ボディコンバット 19:15～20:00 花田 沙弥
- 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

視聴覚室

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

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
- 10月 バタフライ 11月 背泳ぎ 12月 平泳ぎ

プール

- ウォーク＆ジョグ 10:45-11:15 牧野 泰菜
- 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）
- スイミング（初級） 13:45-14:15 坂田 奈緒
- ス 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 スイミングスクール（児童） 16:45-17:45 17級-8級（小学生以上）
- ス スイミングスクール（上級） 17:55-18:55 7級-ベスト（小学生以上）
- スイミング（初級） 20:30-21:00 鎗目 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 11:15-12:00 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 良達
- ワークアウトエアロ 14:15-15:00 西中 良達
- 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 素直
- 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）
- プライベートレッスン 19:00-19:30 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10月～12月

金曜日

スタジオ

- ZUMBA　9:15-10:00　山下　久美子
- フラダンス　11:15-12:00　Halau Lehua Ahihi
- 【定員　22名】
- ボディパンプ　12:30-13:30　日野　孝真
- ボディコンバット45　13:50-14:35　日野　孝真
- ストロングネーション　20:15-21:15　細川　久美

大会議室

- サークルモビリティ　10:15-10:45　細川　久美
- NEW　JSAボールエクササイズ　12:45-13:45　藤田　靖世
- NEW　ストレッチポール　14:00-14:30　藤田　靖世
- JSAボールエクササイズ　19:15-20:00　浜岸　裕子

視聴覚室

- 10月　バタフライ
- 11月　背泳ぎ
- 12月　平泳ぎ

プール

- ウォーク＆ジョグ　10:30-11:00　竹谷　素直
- スイミング（中級）　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週ごとに　バタフライ→背泳ぎ→平泳ぎ→クロール
- プライベートレッスン　12:45-13:30　予約制（有料）
- スイミングトレーニング　13:45-14:30　良知　康弘
- 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）　16:45-17:45　17級-8級（小学生以上）
- スイミングスクール（上級）　17:55-18:55　7級-ベスト（小学生以上）
- プライベートレッスン　19:00-19:45　予約制（有料）

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　11:30-12:15　池田さや佳
- 太極拳　13:30-14:15　森田　興子・神藤　豊和
- プライベートレッスン　14:30-15:00　予約制（有料）
- 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

- スイミングスクール　体操教室（キンダー）　10:00-11:00　3歳-小1
- スイミングスクール　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）　12:25-13:25　7級-ベスト（小学生以上）
- プライベートレッスン　13:30-14:15　予約制（有料）
- プライベートレッスン　14:20-15:05　予約制（有料）
- 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）　16:45-17:45　17級-8級（小学生以上）

日曜日

スタジオ

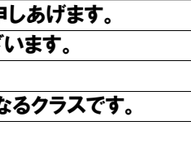
- シェイプエアロ　10:30-11:15　森本　文美代
- コアクロス　11:40-12:10　松本　健太郎
- ボディアタック　12:30-13:30　松本　健太郎
- ボディバランス45　13:50-14:35　東出　麻里
- ヨガ　14:50-15:50　東出　麻里

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。
- 【有料プログラムマーク】　別途参加料金が必要になります。
- 【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