

スタジオ・プールプログラム週間予定表

月曜日		火曜日		水曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
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	スタジオ	プール
11:00~11:45 エアロビクス 中級45 金森(40名)		11:00~12:00 ピラティス60 長谷田(37名)	スイミングスクール マスターズ (有料) 10:50~12:00 (最大3コース使用)	11:00~12:00 ZUMBA60 松井(40名)	11:00~11:30 アクアウォーキング30 高瀬	11:00~11:30 女性限定 B-RAMP30 山城(27名)	スイミングスクール マスターズ (有料) 10:50~12:00 (最大3コース使用)	11:00~11:45 エアロビクス 初中級45 松井(40名)	運動能力向上塾 9:50~10:30	11:00~12:00 スイミングスクール ジュニアI・II (有料) 10:15~11:25 11:30~12:40 (最大4コース使用)	11:00~12:00 パラエティ 45・60 毎週変更
12:00~12:45 ステップ初級45 金森(30名)		12:15~13:00 エアロビクス 初級45 磯村(40名)		12:15~13:15 パワーヨガ60 稲積(37名)	11:45~12:15 かんたんクロール (最大2コース使用)	11:45~12:45 BAILA BAILA60 稲積(40名)		13:15~14:00 エアロビクス 初級45 清家(40名)			
13:00~14:00 パワーヨガ60 長谷田(37名)		13:15~14:15 ヨガ60 堅田(37名)		13:30~14:15 エアロビクス 初中級45 西村(40名)		13:00~14:00 ピラティス60 高坂(37名)		14:15~15:00 エアロビクス 初級45 山口(30名)	13:15~14:00 エアロビクス 初級45 清家(40名)		
14:15~15:00 エアロビクス 初級45 山本(40名)	14:00~14:30 アクアダナベル30 高瀬	14:30~15:00 ポディシェイパー30 高瀬(25名)	14:00~14:30 アクアビクス30 山口	14:30~15:15 ステップ初級45 西村(30名)	14:00~14:30 アクアビクス30 高瀬	14:15~15:00 エアロビクス 初級45 高坂(40名)		14:45~15:15 かんたんクロール (最大2コース使用)	14:15~15:00 ボディコン45 山口(30名)	14:00~14:45 enjoy★RAMP45 山口(25名)	
16:30~17:10 17:30~18:10 運動能力向上塾 (有料)	16:00~17:10 17:10~18:20 18:20~19:30 スイミングスクール ジュニアI~III (有料) (最大4コース使用)	16:30~17:10 17:30~18:10 運動能力向上塾 (有料)	16:00~17:10 17:10~18:20 18:20~19:30 スイミングスクール ジュニアI~III (有料) (最大4コース使用)	16:30~17:10 17:30~18:10 運動能力向上塾 (有料)	16:00~17:10 17:10~18:20 18:20~19:30 スイミングスクール ジュニアI~III (有料) (最大4コース使用)	19:30~20:15 エアロビクス 初級45 磯村(40名)	19:30~20:15 スイミングスクール ジュニアI~III (有料) (最大4コース使用)	19:30~20:15 エアロビクス 初級45 磯村(40名)	15:15~16:00 ヨガ45 土屋(37名)	14:15~15:25 15:30~16:40 スイミングスクール ジュニアI~II (有料) (最大4コース使用)	
20:30~21:15 BAILA BAILA45 山口(40名)	20:00~20:30 アクアビクス30 土屋	20:30~21:15 ZUMBA45 松井(40名)	19:50~21:00 スイミングスクール マスターズ (有料) (最大3コース使用)	20:15~21:15 ステップ初級45 山本(30名)	20:00~20:30 アクアビクス30 山口	20:30~21:00 ポディシェイパー30 高瀬(25名)	20:00~20:30 スイミングスクール マスターズ (有料) (最大3コース使用)	20:30~21:00 ポディシェイパー30 高瀬(25名)			

木曜日 休館日



スポーツクラブアクロスWill高岡
〒933-0857
富山県高岡市木津458番地17
Tel. 0766-25-7830
平日 10:00~22:30
土曜 10:00~21:00
日曜 10:00~18:00
休館日 木曜日・お盆・年末年始

- ()内の数字は、定員数です。
- 安全管理上、レッスン開始以降の途中入場はご遠慮ください。
- 都合により、クラスを変更する場合があります。
- レッスン開始30分前よりスタジオ前にて参加者カードを配布致します。レッスン前に担当インストラクターにお渡し下さい。
- アクアプログラムは、参加者20名以上より3コースを使用させていただきます。また、参加者35名以上より4コースを使用させていただきます。