タイムテーブル2020.2月

ウィンわかばスポーツクラブ

日

プール

11時00分開館

日曜日
18時00分閉館

※お楽しみレッスン
隔週で変わります

Bスタジオ

JB30
からだほぐし
12:00～12:30

ピラティス
13:00～13:45
久保田

JB30
お楽しみ
14:00～14:30

JB30
お楽しみ
15:30～16:00

マシン

オリエンテーション
11:00～12:00

月

休館

火

プール

貸切利用
9:30～12:50

中上級
12:50～13:40

幼児
14:00～15:00

幼児
15:00～16:00

学童
16:30～17:30

学童
17:30～18:30

選手
18:40～20:10

Aスタジオ

バレエ教室
15:00～16:00

バレエ教室
17:30～19:00

バレエ教室
19:00～20:30

Bスタジオ

初心者エアロ
10:00～10:40
奥村

ボールストレッチ
10:50～11:10
奥村

ステップUP
ステップ
11:20～12:05
奥村

ビューティーヨガ
12:20～13:05
TOMOYO

JB30
格闘エクササイズ
14:00～14:30
小林(誉)

キッズダンス
15:00～16:00

キッズダンス
17:30～18:30

元気UP体操
18:40～19:25
和泉

ボールEX
19:35～19:55
久保田

ピラティス
20:05～20:50
久保田

Gスタジオ

キッズダンス
16:00～17:00

マシン

オリエンテーション
10:10～11:00

水

プール

初中上級
9:45～10:35

エンジョイアクア
10:35～11:05
芝田

幼児
14:00～15:00

幼児
15:00～16:00

学童
16:30～17:30

学童
17:30～18:30

選手
18:40～20:10

Aスタジオ

空手教室
17:30～19:00

Bスタジオ

エンジョイエアロ
10:00～10:45
藤本

ボールストレッチ
11:00～11:20
藤本

癒しのヨガ
11:30～12:15
藤本

ボールEX
12:30～13:15
和泉

ボディメイクEX
13:25～14:10
和泉

JB30
お楽しみ
15:00～15:30
野呂

JB30
ストレッチ
18:40～19:10
川崎

初級エアロ
19:15～20:00
芝田

リフレッシュヨガ
20:10～20:55
TOMOYO

マシン

オリエンテーション
11:10～12:10

木

プール

初中上級
9:45～10:35

ベビー・キッズ
10:50～11:30

キッズ
13:20～14:00

幼児
14:00～15:00

幼児
15:00～16:00

学童
16:30～17:30

学童
17:30～18:30

選手
18:40～20:10

エンジョイアクア
20:20～20:50
芝田

Aスタジオ

バレエ教室
15:00～16:00

バレエ教室
17:30～18:30

バレエ教室
19:00～20:30

Bスタジオ

朝ヨガ
9:45～10:30
Mamie

ジャズダンス
10:40～11:25
久保田

ピラティス
11:35～12:20
久保田

筋力トレーニング
12:30～13:15
藤本

JB30
コアエクササイズ
14:00～14:30
渡辺

キッズダンス
15:00～16:00

キッズダンス
17:30～18:30

JB30
18:40～19:10
スタッフ

バランス
コーディネーション
19:15～20:00
芝田

ベーシックヨガ
20:10～20:55
TOMOYO

曜日変更
金→木

Gスタジオ

バレエ教室
17:30～19:00

マシン

オリエンテーション
10:10～11:00

金

プール

貸切利用
9:30～13:00

幼児
14:00～15:00

幼児
15:00～16:00

学童
16:30～17:30

学童
17:30～18:30

選手
18:40～20:10

Aスタジオ

バレエ教室
15:00～16:00

バレエ教室
17:30～18:30

バレエ教室
19:00～20:30

Bスタジオ

バランスコーディネーション
10:00～10:45
芝田

かんたんエアロ
11:00～11:45
芝田

ボールストレッチ
12:15～12:35
Mamie

リンパヨガ
12:45～13:30
Mamie

JB30お楽しみ
14:00～14:30
林

JB30お楽しみ
15:00～15:30
林

バレエ教室
17:15～18:45

JB45お楽しみ
18:40～19:25

JB30お楽しみ
19:30～20:00

JB45お楽しみ
20:10～20:55

Gスタジオ

マシン

土

プール

中上級
9:45～10:35

キッズ
10:50～11:30

親子ベビー
11:50～12:30

育成
14:00～15:30

Jr
15:30～16:30

Jr
16:30～17:30

選手
18:00～20:00

土曜日
20時30分閉館

Aスタジオ

Jr
9:40～10:40

Jr
10:50～11:50

Bスタジオ

ヨガ
10:30～11:15
藤田

JB30
脚トレ
11:30～12:00

JB30
お楽しみ
13:00～13:30
勝又

JB30
お楽しみ
14:00～14:30
林

ヨガ
14:45～15:30
久保田

JB30
お楽しみ
15:45～16:15
林

マシン

オリエンテーション
10:45～11:45

9時30分開館

平日は21時30分閉館