

BLUE EARTH富士河口湖 レッスンタイムテーブル2020年11月

○営業時間...月～金 10:00～22:00 土・日・祝日 10:00～21:00

休館日 木曜日 Tel 0555-73-4313

定員制レッスン ボディパンプ

定員24名

ジム・プールエリアは営業終了30分前までのご利用とさせていただきます。

ストレッチポール

定員15名

10:00 OPEN	月		火		水		木	金		土		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			
11:00	11:00～11:45 がんばりエアロ 菅沼五十鈴	11:00～11:45 ウォークジョグ & 脂肪を燃やせ 白井なつき	11:00～12:00 ZUMBA 60 斉藤 純子	11:00～11:45 初めてスイム & 初めてクロール 土屋むねはる	11:00～12:00 ヨガ 栗原	11:00～11:45 なんでもスイム 土屋むねはる	11:00	11:00～12:00 ピラティス 在原	11:00～11:45 水中歩行 & アクアピクス 羽田けいすけ			10:00～12:00 スイミング 利用制限有	13:15～14:00 SH'BAM 45 濱野ゆうき		
12:00	12:00～12:45 かんたんステップ 45 羽田けいすけ	フリー コース	12:15～13:00 BODY COMBAT 45 濱野ゆうき	フリー コース	12:15～13:00 SH'BAM 45 濱野ゆうき	フリー コース	12:00	12:15～13:00 BODY PUMP 45 羽田けいすけ	フリー コース	12:30～13:15 らくらくエアロ 佐久間絵梨	フリー コース	週替わりレッスン			
13:00	13:00～13:45 ZUMBA 45 土屋むねはる		13:15～14:00 はじめてエアロ 菅沼五十鈴		13:00～13:45 ウォークジョグ & 水中運動 土屋むねはる		13:00～13:45 ウォークジョグ & 脂肪を燃やせ 白井なつき	13:00		13:15～14:00 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ		13:30～14:15 がんばりエアロ 佐久間絵梨	14:15～15:00 BODY PUMP 45 羽田けいすけ	かんたんステップ 45 羽田けいすけ	15:15～16:00
14:00	14:00～14:30 ストレッチポール 濱野ゆうき		14:15～14:45 姿勢改善 土屋むねはる		14:00～15:00 ピラティス 在原		14:15～14:45 ウェーブリング 土屋むねはる	14:00		14:15～14:45 なんでも スイム 中村けいこ		14:30～15:30 BODY ATTACK 60 羽田けいすけ	15日	BODY PUMP 45 羽田けいすけ	かんたんステップ 45 羽田けいすけ
15:00							15:00					22日	BODY COMBAT 45 濱野ゆうき	BODY ATTACK 45 羽田けいすけ	
16:00	平日 16:00～18:00 スイミングスクール							利用制限有					29日	BODY ATTACK 45 羽田けいすけ	かんたんステップ 45 羽田けいすけ
18:30	18:30～19:15 はじめてヨガ 渡部	19:00～20:00 なんでも スイム 中村けいこ	19:15～20:00 BODY PUMP 45 羽田けいすけ	19:15～20:00 はじめて スイム 北林はつね	19:15～20:00 ステップ&ダンベル 羽田けいすけ	19:00～20:00 なんでも スイム 北林はつね	18:30	18:45～19:15 ZUMBA 土屋むねはる	19:00～19:45 初めてクロール 初めて背泳ぎ 北林はつね	18:15～19:00 かんたんステップ 45 羽田けいすけ	19:15～20:15 ヨガ 菅沼五十鈴				
19:00	19:30～20:00 SH'BAM 濱野ゆうき		20:20～21:05 ZUMBA 45 斉藤 純子		20:15～21:00 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ		19:00	19:30～20:15 BODY COMBAT 45 土屋むねはる							
20:00	20:15～21:15 BODY COMBAT 60 濱野ゆうき						20:00	20:30～21:15 かんたんステップ 45 羽田けいすけ							
21:00							21:00								
22:00 CLOSE							22:00								

★-オープンレッスン
どなたでも参加可能です。

～21:00閉館～

平日16:00～18:00、土曜10:00～12:00は
スイミングスクールの為、コース制限させていただきます。