

BLUE EARTH富士河口湖 レッスンタイムテーブル2021年1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 | | | 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 | ★ 4日・18日 BODYATTACK 11日・25日 BODYPUMP | 12:15～13:00 BODYCOMBAT 45 濱野ゆうき | | 12:15～13:00 SH'BAM 濱野ゆうき | | 12:00 | 12:15～13:00 ZUMBA 45 土屋むねはる | | 12:30～13:15 らくらくエアロ 佐久間絵梨 | | 14:15～15:00 15:15～16:00 週替わりレッスン |
| 13:00 | 13:00～13:45 週替わりレッスン 45 羽田けいすけ | 13:30～14:00 クロール 背泳ぎ 中村けいこ | 13:15～14:00 やさしいエアロ 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 | 13:15～13:45 BODYCOMBAT 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 | 13:15～13:45 はじめてエアロ 天野りえ | | 13:30～14:15 がんばりエアロ 佐久間絵梨 | | 10日 BODYCOMBAT 45 土屋むねはる |
| 14:00 | 14:00～14:30 ストレッチポール 濱野ゆうき | 14:00～14:30 平泳ぎ バタフライ 中村けいこ | 14:15～14:45 TPH 土屋むねはる | | 14:00～15:00 ピラティス 在原 | | 14:00 | 14:00～14:30 ストレッチポール 天野りえ | 14:00～15:00 なんでも スイム 中村けいこ | 14:30～15:30 BODYATTACK 60 羽田けいすけ | | 17日 BODYPUMP 45 羽田けいすけ |
| 15:00 | | | | | | | 15:00 | | | | | 24日 BODYCOMBAT 45 土屋むねはる |
| 16:00 | 平日 16:00～18:00 スイミングスクール | | | | | | | 利用制限有 | | | | 31日 BODYPUMP 45 羽田けいすけ |
| 18:30 | 18:30～19:15 ヨガ 栗原 | 19:00～20:00 なんでも スイム 中村けいこ | 19:15～20:00 BODYPUMP 45 羽田けいすけ | 19:15～20:00 はじめて スイム 中村けいこ | 18:30～19:00 TPH 土屋むねはる | 19:00～20:00 なんでも スイム 中村けいこ | 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 中村けいこ | 18:15～19:00 かんたんステップ 45 羽田けいすけ | | ※太い□になっている レッスンのみ整理券が 必要になります。 |
| 19:00 | 19:30～20:00 SH'BAM 濱野ゆうき | | | | 19:15～20:00 ステップ&ダンベル 羽田けいすけ | | 19:00 | 19:30～20:15 BODYCOMBAT 45 土屋むねはる | | 19:15～20:15 ヨガ 菅沼五十鈴 | | 【年未年始】 12/28(月)～01/03(日) |
| 20:00 | 20:15～21:15 BODYCOMBAT 60 濱野ゆうき | | 20:20～21:05 ZUMBA 45 斉藤 純子 | | 20:15～21:00 BODYATTACK 45 羽田けいすけ | | 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。