

# BLUE EARTH富士河口湖 レッスンタイムテーブル 2025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

9:00 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 やさしいエアロ 菅沼五十鈴	11:00～11:45 水中歩行 & 水中運動 小池れいじろう	11:00～12:00 ZUMBA 60 斉藤 純子	11:00～11:30 水中歩行 天野りえ 11:30～12:00 腰痛体操 天野りえ	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 4週目：ハレトン 在原	11:00～11:45★ ウォークジョグ & ウォーターファイト 土屋むねはる	10:00～12:00 スイミング 利用制限有	13:15～14:00 LES MILLS DANCE 濱野ゆうき			
12:00	12:00～12:45 ZUMBA 45 土屋むねはる	1・3週目 BODY PUMP	12:15～13:00 BODY COMBAT 45 小池れいじろう		12:15～13:00 LES MILLS DANCE 濱野ゆうき		12:15～13:00 ZUMBA 45 土屋むねはる		12:30～13:15 LES MILLS BODY BALANCE 45	フリーコース		週替わりレッスン 14:15～15:00 15:15～16:00		
13:00	13:00～13:45 週替わりレッスン 羽田けいすけ 45	2・4週目 ステップ	13:15～14:00 やさしいエアロ 菅沼五十鈴	13:00～13:30 初めてクロール 初めて背泳ぎ 13:30～14:00 初めて平泳ぎ 初めてバタフライ 天野りえ	13:15～13:45 BODY COMBAT 土屋むねはる	13:30～14:15 ZUMBA 小澤 智子	13:15～14:00 LES MILLS BODY PUMP 45		13:30～14:30 ZUMBA 60 土屋むねはる	1週目 BODY COMBAT 45 小池れいじろう	LES MILLS BODY PUMP 45			
14:00	14:00～14:45 LES MILLS BODY BALANCE 45	メニュースイム	14:15～14:45 ストレッチポール 土屋		14:00～15:00 ピラティス 在原		14:00～14:45 LES MILLS BODY BALANCE 45	14:00～15:00 なんでもスイム 中村 けいこ	14:45～15:30 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ	2週目 ZUMBA 45 土屋むねはる	LES MILLS BODY BALANCE 45			
15:00										3週目 BODY COMBAT 45 小池れいじろう	LES MILLS BODY PUMP 45			
16:00	平日 16:30～18:30 スイミングスクール						利用制限有						4週目 ZUMBA 45 土屋むねはる	LES MILLS BODY BALANCE 45
18:30	18:30～19:15 ヨガ 栗原								18:00～18:45 ステップ 45 羽田けいすけ					
19:00	19:00～20:00 ゆったりスイム 土屋 むねはる						19:00～20:00 メニュースイム	19:15～20:00 LES MILLS BODY PUMP 45 土屋むねはる	19:00～20:00 なんでもスイム 中村 けいこ	19:00～20:00 ヨガチャレンジ 菅沼五十鈴	今月の休館日			
20:00	19:30～20:15 BODY COMBAT 45 小池れいじろう		19:15～20:00 BODY PUMP 羽田けいすけ				20:15～21:00 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ	20:15～21:00 ステップ 45 羽田けいすけ			毎週木曜日			
21:00	20:30～21:15 LES MILLS DANCE 濱野ゆうき		20:15～21:00 ZUMBA 45 斉藤 純子											
22:00				22:00閉館										

★-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 16:30～18:30、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。