

BLUE EARTH富士河口湖 レッスンタイムテーブル 2024年10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			
	10:15～10:45 LES MILLS SH'BAM		10:15～10:45 LES MILLS BODYBALANCE		10:15～10:45 LES MILLS barre		10:15～10:45 LES MILLS BODYCOMBAT		10:15～10:45 LES MILLS BODYCOMBAT						
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 & アクアピクス 羽田けいすけ	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 & 水中運動 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	13:30～14:30 メニュー スイム	12:15～13:00 BODY COMBAT 45 濱野ゆうき	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	12:15～13:00 LES MILLS DANCE 濱野ゆうき	13:30～14:15 ZUMBA 小澤 智子	12:00	12:15～13:00 ZUMBA 45 土屋むねはる	14:00～15:00 なんでも スイム 中村 けいこ	12:30～13:15 LES MILLS BODYBALANCE 45	1000 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 LES MILLS BODYPUMP 45		13:15～14:00 やさしいエアロ 菅沼五十鈴		13:15～13:45 BODY COMBAT 土屋むねはる		13:15～13:45 BODY COMBAT 土屋むねはる	13:00		13:15～14:00 LES MILLS BODYPUMP 45		13:30～14:30 ZUMBA 60 土屋むねはる	13:30	13:30～14:30 ZUMBA 60 土屋むねはる	1週目
14:00	14:00～14:45 LES MILLS BODYBALANCE 45	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	14:00～15:00 ピラティス 在原	14:00	14:15～14:45 LES MILLS barre	14:45～15:30 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ	14:00	14:00～15:00 なんでも スイム 中村 けいこ	2週目		BODY COMBAT 45 土屋 むねはる	LES MILLS BODYBALANCE		
15:00					15:00					3週目		LES MILLS BODYPUMP 45	LES MILLS BODYBALANCE		
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 BODYBALANCE
18:30	18:30～19:15 ヨガ 栗原	19:00～20:00 ゆったり スイム 土屋 むねはる	19:15～20:00 LES MILLS BODYPUMP 45 羽田けいすけ		19:15～20:00 LES MILLS BODYPUMP 45 羽田けいすけ	19:00～20:00 メニュー スイム	18:30		18:00～18:45 ステップ 45 羽田けいすけ						
19:00							19:00	19:15～20:00 BODY COMBAT 45 土屋むねはる	19:00～20:00 なんでも スイム 中村 けいこ				今日の休館日		
20:00	20:15～21:15 BODY COMBAT 60 濱野ゆうき	お知らせ!! 14日 祝日 19:30～20:15 ボディコンバット 濱野ゆうき		20:15～21:00 ZUMBA 45 斉藤 純子	20:15～21:00 BODY ATTACK 45 羽田けいすけ		20:00	20:15～21:00 LES MILLS DANCE		19:00～20:00 ヨガチャレンジ 菅沼五十鈴			毎週木曜日 30日(水)		
21:00							21:00						★-オープンレッスン どなたでも参加可能です。 ～21:00閉館～		
22:00							22:00						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。		