

# 2026年4月レッスンスケジュール

# 【熊谷店】

月曜日		火曜日		水曜日		金曜日		土曜日		日曜日		
スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	スイミングプール 定員30名	プールユースタジオ 定員35名	
9:00						9:00	9:00				9:00	
10:00	隔週アタレス 6日20日 7:30 13日 水中ウォーキング & 筋トレ イソキング	ベテックスステップ 井上裕史 9:15~10:00	チャレンジステップ 木原啓貴 9:20~10:10		★1日休講★ 気功法 劉暎道 9:30~10:15	10:00	10:00	泳法レッスン 3日背泳ぎ 17日平泳ぎ	ベテックスバレイ 中谷実佐 9:15~10:00		10:00	身体の調子が 整うヨガ60 下村こゆき 9:30~10:30
11:00	隔週アタレス 高橋千春 10:30~11:00	【定員24名】 リジナルバレイ 井上裕史 10:15~11:30	★7日14日休講★ 初めてのバタフライ AYUMI 10:15~10:45	チャレンジアキア NAGISA 10:30~11:15	★1日休講★ 太極拳中級 劉暎道 10:20~11:05	11:00	11:00	★3日17日実施★ 泳法レッスン 祐香 11:00~11:45 1,100円	ベテックスバレイplus 中谷実佐 10:10~10:55	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 9:50~10:20		モフィス 伊藤章代 10:30~11:15 1,100円
12:00	週替わりスイム 高橋千春 11:10~11:40 ↓定員:12名	ゆったり バタフライ 井上裕史 11:45~12:45	平泳ぎ AYUMI 10:50~11:20	カディオンズ ~木原スザル~ 木原啓貴 11:15~12:05	★22日休講★ イユゴカ 下村こゆき 11:15~12:15	12:00	12:00	泳ぎこみ500 祐香 11:50~12:20	ZUMBA@60 マリリス 11:10~12:10	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 11:45~12:15 ↓定員:20名	ZUMBA@60 川俣喜嗣 10:30~11:30	26日 10:40~11:10 スタートピクス30 11:25~12:25 リジナルバレイ 【5種類のヨガ 呼吸法でカガ を浄化】
13:00	全10回13,200円 4月~6月 スイミングスクール 高橋千春 11:50~12:50 【2コース利用】	気功 井上裕史 13:00~14:00	★14日休講★ ミトアキア NAGISA 12:20~13:00	★14日休講★ ファイト45 NAGISA 13:30~14:15	★22日休講★ ヒタイス60 下村こゆき 12:25~13:25	13:00	13:00	【3,850円/回】 アライスト祐香 12:30~13:00	バクカディオ 正木愛乃 12:25~13:25	★18日のみ★ 2,200円 平泳ぎ &好きな種目 千葉成泰 12:25~13:25	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 13:30~14:00	【ペア割】 1本出ても 2本出ても 550円!!
14:00	週替わりスイム 6日バタフライ 13日背泳ぎ 20日平泳ぎ	外伝 井上裕史 14:15~15:15	★14日休講★ ユーウツ30 NAGISA 14:30~15:00	★14日休講★ ユーウツ30 NAGISA 14:30~15:00	★5日実施★ 外伝 山崎愛留 13:00~14:00	14:00	14:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 14:05~14:35	太極拳(初級) 水谷孝 14:00~15:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 14:40~15:10	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 13:30~14:00	★5日実施★ Dance Fit 山崎愛留 14:15~15:15
15:00	週替わりスイム 6日バタフライ 13日背泳ぎ 20日平泳ぎ		★14日休講★ ファイト45 NAGISA 13:30~14:15	★14日休講★ ファイト45 NAGISA 13:40~14:25	★5日実施★ Dance Fit 山崎愛留 14:15~15:15	15:00	15:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 14:40~15:10	インテグレート・ ハーフストレッチ45 塩野貴之 14:45~15:30	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 14:40~15:10	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 14:05~14:35	★5日実施★ Dance Fit 山崎愛留 14:15~15:15
16:00	スイミングスクール(全10回) 高橋千春 11:50~12:50 泳ぎをこれから習得する(初級の方) 少し泳げるようになって25mを楽に速く泳 げるようになりたい(中級の方) スキルアップを目指す(上級の方) どなたでもご参加いただけます!! 10回(WEB)13,200円(税込) 前後半5回(フロント)6,600円(税込) 都度(フロント)1,650円(税込)		【3,300円/回】 アライストAYUMI 15:20~15:50	【3,300円/回】 アライストAYUMI 15:55~16:25	【3,300円/回】 アライストAYUMI 16:30~17:00	16:00	16:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 17:30~18:00		【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 18:00~18:30	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 17:30~18:00	★12日26日実施★ 17:00~18:00 外伝 SUGURU
17:00			【3,300円/回】 アライストAYUMI 16:30~17:00	【3,300円/回】 アライストAYUMI 17:05~17:35		17:00	17:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 18:30~19:00	ベテックスバレイ 井上裕史 18:30~19:10	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 19:00~19:30	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 18:30~19:00	★5日19日★ 17:30~18:15 ファイト45 正木愛乃
18:00			【3,300円/回】 アライストAYUMI 17:05~17:35			18:00	18:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 19:00~19:30	ベテックスステップ 塩野貴之 19:00~19:40		【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 19:00~19:30	★12日26日★ ファイト45 正木愛乃 18:15~19:00
19:00						19:00	19:00	【3,850円/回】 アライスト千葉成泰 19:00~19:30	ベテックスステップ 井上裕史 19:25~20:05			
20:00		【定員20名】 ベテックス 伊藤章代 19:00~20:00				20:00	20:00					
21:00		ベテックスステップ 伊藤章代 20:20~21:05				21:00	21:00	【代行・変更】 3日 7:30 20:20~21:05 井上裕史 550円	【代行】 17日24日 ベテックス 20:20~21:05 下村こゆき 1,100円			
22:00						22:00	22:00					

📌 は初心者・体力に自信がない方向けのレッスンです。  
 📌 は550円(税込)のレッスンです。(予約はWEBにて!)

📌 は1,100円(税込)のレッスンです。(予約はWEBにて!)

📌 は、70分にてお申込みが必要なレッスンです。  
 ⇒毎月15日より、翌月のご予約が開始となります。  
 ※レッスンのご予約は予約専用サイトより当日18時までに承ります。  
 ※ご予約のキャンセルは専用サイトより前日までお受けしております。  
 当日のキャンセルにつきましてはご返金致しかねます。  
 ※祝祭日のスケジュールは別紙にてご案内いたします。

📌 予約サイト

📌 予約サイト iPhone

📌 予約サイト Android

ご不明な点がございましたら、  
 スタッフまでお問合せください。  
 熊谷店 電話 048-525-6363

