

2026年8月スケジュール【7/26訂正版】



無料 初心者向け

550円(税込)
レッスン

1,100円(税込)
レッスン

3,850円(税込)
レッスン

有料レッスン
フロント受付



月替わりレッ
スン

【鶴瀬店】

月曜日			火曜日			水曜日		
スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ	スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ	スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ
9:00								
	9:15~9:35 MCストレッチ 内村恵美							
10:00			泳ぎこみ500 原奈美 9:40~10:10			チャレンジア7 町田裕美子 9:30~10:15		
11:00	スイミングスクール 内村恵美 10:30~11:30	8/17 血流改善 足もみ健康法 白香正代 10:15~11:15 ※定員12名	ウォーター・エア・モーション ～筋力アップ～ 原奈美 10:20~10:50			8/12 インジョイブ KAZUMI 10:00~11:00 8/26休講		
12:00	プールでリセット 内村恵美 11:40~12:10	8/18 ハ・リ・ソ・ラ 花村愛子 11:55~12:25	スイミングスクール 11:00~12:00 原奈美 13,200円/10回					
13:00	ハ・リ・ソ・ラ 内村恵美 12:15~12:45		11日:休講 18日:キック 25日:キック	8/18 ハ・リ・ソ・ラ 宇野真奈 12:30~13:15				
14:00	外・内 植竹美季 12:45~13:45		平泳ぎ 原奈美 13:00~13:30			8/19 インジョイブ KAZUMI 13:45~14:45		
15:00	ロングコース不可		ウォーター・エア・モーション ～持久力アップ～ 原奈美 13:45~14:15	8/18 ハ・リ・ソ・ラ 宇野真奈 13:30~14:15		8/19 インジョイブ KAZUMI 13:45~14:45 8/12・19休講		
16:00	キッズ スイミングスクール 15:00~15:50					陳式太極拳 精要十八式 【中級】 劉嘉 13:45~14:45 8/12・19休講		
17:00	キッズ スイミングスクール 16:00~17:00					8/26 伝統陳式太極剣49式 プライベート 劉嘉 16:15~16:45		
18:00	キッズ スイミングスクール 17:15~18:15					8/26 伝統陳式太極剣49式 プライベート 劉嘉 16:50~17:20		
19:00								
20:00	8/10 ファイト 8/24 パワーカード ハ・リ・ソ・ラ					1本でも2本でも550円		
21:00	8/10・24 ランダム7 大谷むつみ 20:00~21:00	8/17・31 からだいきしめ 横瀬一 20:30~20:50				8/19 ファイト 緑川琴美 19:30~20:15	8/12・26 からだいきしめ 横瀬一 20:00~20:20	
22:00						8/19 UBOUND45 緑川琴美 20:30~21:15		

金曜日			土曜日			日曜日		
スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ	スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ	スイミングプール	フィットネスタジオ	ウェルネスタジオ
9:00								
10:00	ベ・ジックア77 内村恵美 9:30~10:00	ちょいトレ/筋トレ 9:20~9:35 8/7休講	ロングコース不可					
11:00	泳ぎこみ1000 内村恵美 10:15~11:00	ZUMBA60 櫻井恵 9:45~10:45 8/7休講	キッズ スイミングスクール 9:45~10:45			8/1・29 ハ・リ・ソ・ラ 川久保博子 10:00~11:30 4,400円/2回 単発3,300円		
12:00	プライベート 内村恵美 11:10~11:40	8/1・15 外・内 廣田茂子 10:50~11:50	キッズ スイミングスクール 11:00~12:00			8/1・29 ハ・リ・ソ・ラ 川久保博子 11:40~12:10 ¥3,850		
13:00								
14:00	ベ・ジックア77 内村恵美 14:00~14:30	【女性専用】 8/1・15 外・内 廣田茂子 10:50~11:50						
15:00	ロングコース不可							
16:00	キッズ スイミングスクール 15:00~15:50							
17:00	キッズ スイミングスクール 16:00~17:00							
18:00	キッズ スイミングスクール 17:15~18:15							
19:00								
20:00	スタートアップ 原奈美 19:20~19:50 8/7休講							
21:00	水中トレーニング 原奈美 20:00~20:30 8/7休講	8/21 ツールを用いた トレーニングを行います						
22:00								

☆1本でも2本でも550円☆

クービックアプリダウンロードはこちら

iPhone用 Android用

※スタジオへのご整理は前レッスン終了の10分前からとなります。
※朝一番のレッスン、及び空き時間の間隔が1時間以上あるレッスンは
15分前から整理となります。
※整理時、及びスタジオ内の荷物を置いての場所取りはご遠慮ください。
※レッスン中の退室は、安全のためご遠慮ください。(怪我や体調不良の場合を除く)
※祝祭日のスケジュールは、別紙にてご案内いたします。
※定員数(器具を使用するレッスンは定員数が異なる)
フィットネスタジオ 35名 ウェルネスタジオ 20名

営業時間【月・火・水・金】9:00~22:00【土】9:00~21:00【日・祝日】9:00~20:00
〒354-0024 埼玉県富士見市鶴瀬東2-22-25 ☎ 049-268-7575