

◇代行、クラス内容変更情報はWEB予約画面から確認できません。館内掲示板、またはホームページにてご確認ください。

◇Web予約制になります。予約位置No.を忘れてしまった場合、当日参加される方と同様にお並び頂きます

◇映像クラスは予約制ではありません。入室し、周りの方と適度な距離をあけて参加ください

◇安全な準備をする為に、ステップ台使用クラスは開始10分前までにご入室下さい

【ログイン画面】



【代行情報】



2025年5月～

OAKS BEST FITNESS

月				火				水				木	金				土				日							
Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール		Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール	Cスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	プール				
9:00									9:25							9:00			9:00			9:00	8:00	9:00				
	9:30	9:30		9:30	9:30			9:30	ステップ 中級				9:30	9:30		ジュニア 体操 (有料)	9:30			ジュニア スイミング		9:30		ジュニア バレエ	ジュニア スイミング			
10:00	エアロ 初級ロー	初級エアロ		フィットネス タイチー	エアロ 初中級		10:00	姿勢改善ヨガ	ちかこ			Best-hit POP's	マット ピラティス				久波					エアロ初級						
	石川	映像		富永	映像		アカア30	幸島	10:25		10:15	UNO	YOKKO				10:15					映像						
	10:30	10:30		10:35	10:30		小林	10:30	エアロ入門		水中 ウォーキング 神田	10:30	10:30		1030			足裏&リンパ マッサージ			10:30	10:35						
11:00	プラナ ヨーガ	初級 ダンスエアロ	11:00	SALSATION®	身体調整			fight 45	ちかこ		11:00	リラックス ヨガ	バレエストレッチ &エクササイズ		アカア30		ジュニア 体操 (有料)	久波			ZUMBA	マット系						
	なおこ	映像	短期	久我	富永			Kami			カルチャースクール	UNO	小関	まりこ	11:15				11:15			映像						
		11:30	カルチャースクール	11:35	11:35			11:30	11:30		スイミング	11:30	11:30	11:40	カルチャースクール				エアロ									
12:00		ステップ 中級	太極拳	11:40	フラダンス			M CENTERGY 45	初中級 エアロ		大野 (有料)	マット ピラティス	中級 ダンスエアロ	バレエバーレッシン	スイミング			(有料)	中級ロー			11:45	11:45					
		染谷	純鷹月別途参照	12:45	入門			Kami	映像	12:20		花岡	奥野	小関 (有料)	大野 (有料)				田中			シェイプアップ ヨガ	ステップ 中級					
	12:30	12:35	(有料)	まりこ		12:30		12:30	12:30		カルチャースクール	12:35	12:30	12:30					M CORE			なおこ	染谷			12:30		
13:00	fight 45 杉木	エアロ 中級ロー		12:45	ダンス	ヨーガ 同好会		カルチャースクール	ZUMBA	カルチャースクール		12:35	12:30	12:30				KUNI		12:50								
		13:35		エアロ	フィットネス			24式太極拳	YUKA	ヨガ		13:00	13:30							エアロ								
		13:35	ジャズ 同好会	13:50	MIDORI			多賀子 (有料)	YOKKO	美安		13:40			13:45			13:30		上級								
14:00				エアロ初級ロー		14:00		32式太極拳	ピラティス		水中 ウォーキング YUKA	13:40			13:45			45	ストレッチ系									
				ちかこ				多賀子 (有料)	YOKKO			14:00					映像		14:00									
		14:20						14:30	14:30								14:30	14:30										
15:00	15:10	CORE KUNI					15:00	シェイプアップ エアロ	ジャズダンス		15:00				15:00		B-balance 身体調整	M POWER 45										
	マット サイエンス				初めて 太極拳	プレミアム バレエ		石川	YOKKO			15:30	15:30				寺田	KUNI										
16:00	KUNI	16:10			多賀子	木原 (有料)		15:30	15:30			15:30	15:30				15:30											
	16:30	ステップ初級		16:30	16:30												60											
17:00	ジュニア 新体操	17:00							ジュニア 空手教室 幼児								17:00											
	17:45	KIDS starter			カルチャースクール				17:45								16:45	JAZZ										
18:00	KIDS basic				山口 (多) (有料)				ジュニア 空手教室 児童									アドバンス										
19:00			19:00						19:15																			
		19:15							エアロ入門																			
20:00		ジャズダンス		19:30			19:30		ちかこ			19:45	19:45															
	20:15	20:15		20:15	20:00			20:00	20:00																			
	fight 45	HIP HOP			富永			ZUMBA	エアロ 中上級 ちかこ																			
21:00	Kami	YUMI			KUNI			あゆり																				
	21:15	21:15			21:05	21:00			21:00																			
22:00	M CENTERGY 45	カルチャースクール			M fight 45	CORE YUSEI			K-POP																			
	Kami	HIP HOP			KUNI				絵夢																			
		YUMI (有料)																										



映像クラス日程

※現行月の日程が表示されます