

◇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8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												休館日となります					9:00			9:00			9:00	8:00
9:30	9:30			9:30	9:30			9:30	9:25				9:30	9:30			9:30				9:30			
10:00	エアロ初級ロー 石川	初級エアロ 映像		フィットネス タイチー	エアロ 初級			姿勢改善ヨガ ちかこ					Best-hit POP's UNO	マット ピラティス YOKKO			エアロ入門 久波				エアロ初級 映像			
10:30	10:30			10:35	10:30			10:30	エアロ入門 ちかこ		10:15 水中ウォーキング 神田		10:30	10:30		1030	10:15				10:30	映像		
11:00	プラナ ヨーガ なおこ	初級 ダンスエアロ 映像	11:00	SALSATION	身体調整			fight 45 Kami			11:00		リラックス ヨガ	バレエストレッチ &エクササイズ		アクア30 まりこ	足裏&リンパ マッサージ 久波				ZUMBA	マット系 映像		ジュニア バレエ
11:30		11:30	カルチャースクール 幸島	久我	富永			11:30	11:30		カルチャースクール スイミング 大野 (有料)		11:30	11:30	11:40	カルチャースクール	11:15				11:45	映像		
12:00		11:30	短期 太極拳 開講月別途参照	11:40	フラダンス 入門 松浦			11:40	11:30				11:30	11:30	11:40	カルチャースクール	11:15				11:45	映像		
12:30	12:35			12:45	12:45			12:30	12:30				12:35	12:30	12:30		12:15				12:30			
13:00	fight 45 杉木	エアロ 中級ロー 染谷	13:00	エアロ 中級ロー 杉木	ダンス フィットネス MIDORI	13:00		12:45	12:45		カルチャースクール 24式太極拳 多賀子(有料)		13:00	13:30	13:30	カルチャースクール グルーブ サルサ ベーシック UNO(有料)	13:15				13:30	映像		
14:00		13:35	ジャズ 同好会	13:50				13:25	13:30		カルチャースクール 32式太極拳 多賀子(有料)		13:40			13:45	13:30				14:00			
15:00	15:10	16:10		14:20				14:30	14:30		シェイプアップ エアロ 石川		15:00			15:00	14:30				15:00			
16:00	16:30		ジュニア スイミング	15:00				15:30	15:30		15:30		15:30	15:30		15:30	15:30				15:15			
17:00	ジュニア 新体操	17:00		15:15	初めて 太極拳 多賀子			16:30	16:30		カルチャースクール 太極拳 山口(多) (有料)		16:00	16:30		16:00	16:00				16:00			
18:00	17:45	KIDS starter		16:30	16:30			17:00	17:00		ジュニア 空手教室 幼児		17:00	17:00		17:00	17:00				17:00			
19:00	19:15			17:45				17:15	17:15		ジュニア 空手教室 児童		18:00	18:00		18:00	18:00				18:00			
20:00	20:15	20:15		19:00				19:15	19:15		19:15		19:45	19:45		19:45	19:45				19:45			
21:00	21:15	21:15		19:30	20:00			20:00	20:00		20:00		20:45	20:45		20:45	20:45				20:45			
22:00	22:00	22:00		20:15	21:05			21:00	21:00		21:00		22:00	22:00		22:00	22:00				22:00			

【映像クラス日程】



※現行月の日程が表示されます

担当者・内容・時間・名称などの変更

カルチャースクール（有料、要申込）

ジュニア教室

シューズの必要はありません

記載日以外の日程は休講です

※祝日のレッスン内容は別途掲示にてご案内致します

※パーソナルスイミング及びジュニアスイミングでのコース使用状況は別途ご確認ください

