

2025年9月 イオンスポーツクラブ熱田千年 レッスンスケジュール							
月	火	水	木	金	土	日	
9:30~10:15 やさしいヨガ 吉満	9:30~10:15 OXIGENO 小南	9:30~10:15 KaQiLa 仲村	9:30~10:15 ポール・ド・ブラ 中村	9:30~10:15 骨盤ストレッチ 小山	9:30~10:20 新体操 キッズ	9:30~10:15 FIGHT DO RADICAL FITNESS NAHO	
10:40~11:25 バレトン 吉満	10:40~11:25 ヨガ & リンパ 中根	10:40~11:25 BAILA BAILA NAOMI	10:40~11:25 ヨガ 仲村	10:40~11:25 OXIGENO 小南	10:30~11:30 新体操 ジュニア①	10:35~11:20 MEGADANZ RADICAL FITNESS NAHO	
	11:50~12:35 ZUMBA 中根		11:50~12:35 ZUMBA 中根	11:50~12:35 パワーヨガ 笹木	11:30~12:30 新体操 ジュニア②	11:40~12:25 ヨガ 松原	
12:30~13:15 FIGHT DO RADICAL FITNESS 小山	13:00~13:45 ピラティス 中村	12:30~13:15 フラダンス 木村	13:00~13:45 ザ・スロー・リンパ ドレナー・ジュ CHIE	13:00~13:45 MEGADANZ RADICAL FITNESS 浜田	13:00~13:45 ヨガ 山田	13:00~13:45 バレトン 吉満	
13:40~14:25 ZUMBA me.	14:15~15:00 sqision MIKI	13:40~14:25 ZUMBA MAIKA	14:10~14:55 BAILA BAILA 鵜殿	14:10~14:55 エアロベシック 小南	14:10~14:55 sqision MAIKA (demo)	14:10~14:55 DDDハウス ワークアウト 鵜殿	
14:45~15:30 ヨガ 笹木	15:20~16:05 CHOREOLOGY bySALSAION MIKI	14:45~15:30 sqision MAIKA (demo)	15:15~16:00 DDDハウス ワークアウト 鵜殿	15:15~16:00 ピラティス 笹木	15:20~16:05 BAILA BAILA 西村	15:20~16:05 ZUMBA 鵜殿	
17:00~18:00 新体操 ジュニア	16:20~17:10 ヒップホップ キッズ	17:00~17:50 新体操 キッズ	16:20~17:10 モダンバレエ キッズ	16:20~17:10 チアダンス 4歳~小学生	16:25~17:10 シェイプアップ ヨガ 西村		
	17:20~18:20 ヒップホップ ジュニア	18:00~19:00 新体操 ジュニア	17:20~18:20 モダンバレエ ジュニア	17:20~18:10 K-POP 入門	17:30~18:15 FIGHT DO RADICAL FITNESS 小山		
18:55~19:40 脂肪燃焼エアロ 中根	18:55~19:40 ヨガ 神谷		18:30~19:30 モダンバレエ 上級	18:20~19:10 K-POP 初級	営業時間 平日 9:00~23:00 土曜 9:00~22:00 日曜・祝日 9:00~19:00		
20:00~20:45 ZUMBA 中根	20:00~20:45 BAILA BAILA 西村	20:00~20:45 脂肪燃焼エアロ NAOMI	20:00~20:45 FIGHT DO RADICAL FITNESS masaQ	20:00~20:45 ZUMBA MAIKA			
21:15~22:00 FIGHT DO RADICAL FITNESS masaQ	21:15~22:00 MEGADANZ RADICAL FITNESS 浜田	21:15~22:00 週替わり	21:15~22:00 ベリーダンス Gunes	21:15~22:00 sqision MAIKA (demo)			
		3日 ZUMBA Mario 10日 BAILA BAILA NAOMI 17日 リラックスヨガ 西村		休館日 4日 14日 24日			

レッスンWEB予約について

- 予約時間 / レッスン開始6日前の21時~レッスン開始時間まで
 - スタジオ定員 / 50名
 - 予約のキャンセル / 当日レッスン開始20分前まで。
キャンセルせずに不参加の場合が、月5回以上になると次月の予約可能数が1回となります。
 - 予約可能数 / 8レッスンまで (正会員(フルタイム会員)は10レッスンまで)
3FITアプリより、ご予約ください。
- ※体験・施設利用券やチケットご利用の際は、フロントにて
ご予約ください。

android版

ios版