

2026年6月 イオンスポーツクラブ3FIT八事店

変更・追加箇所

※予定のインストラクター・レッスン内容等は、都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
9:00	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール
	7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン		7:00~ 映像レッスン	
	WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約	
	9:45~10:35 ベリーダンス Barbie		9:50~10:35 ZUMBA 松岡		9:45~10:30 ヨガ 西村		9:50~10:35 エアロ45ロー 杉浦		9:45~10:15 ストレッチボール 山口		9:50~10:35 ZUMBA Mi-ko		9:50~10:35 ZUMBA Mi-ko	
	定員20名		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約	
	10:55~11:35 ステップ40 松岡	11:00~11:45 アクアピクス 角野	10:55~11:35 パワーヨーガ 藤川	11:00~11:30 ショートアクア 小俣	10:45~11:30 アクアピクス 望月		10:55~11:35 バレトン 杉浦	11:00~11:45 アクアピクス 相木	10:35~11:20 ファイトウ 岩井	11:00~11:45 アクアピクス 石塚	11:00~11:30 ショートアクア 大石	11:00~11:30 ショートアクア 大石	10:55~11:55 ヨガ 鈴木	11:00~11:30 ショートアクア 田淵
	12:00~12:40 バレトン 山本		11:55~12:35 ヨーガ 藤川		11:55~12:40 ファイトウ MASUMI		11:55~12:25 エアロ30ソフト 杉浦		11:40~12:30 フラダンス 中川		12:00~14:00 キッズ スマイミング		12:00~14:00 キッズ スマイミング	
13:00	13:00~13:40 エアロ40 ベーシック 山本		13:00~13:45 オキシジェン 小俣		13:00~13:45 BAILA BAILA 戸田		13:00~14:00 ヨーガ 渡邊		13:00~13:45 ピラティス 山口		12:20~13:10 新体操(キッズ) 倉島	13:00~13:45 エアロ45ロー 杉浦	13:00~13:45 エアロ45ロー 杉浦	13:10~14:10 新体操(ジュニア) コースの一部を 使用させていただきます。
	WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約		WEB予約	
	14:00~14:50 エアロ50テクニク 水野	14:15~14:45 ショートアクア 小俣	14:05~14:50 ZUMBA Mi-ko	14:15~14:45 ショートアクア 田淵	14:05~14:35 エアロ30 ソフト 戸田	14:15~14:45 ショートアクア 南谷	14:30~15:15 ZUMBA me.	14:15~14:45 ショートアクア 田淵	14:05~14:55 エアロ50ミドル 松岡	14:15~14:45 ショートアクア 小俣	14:30~15:00 ショートアクア 吉田	14:05~14:50 ホッピングフィットネス 杉浦	14:30~15:00 ショートアクア 大石	
	15:15~16:00 KaQiLa 仲村		14:55~15:25 平泳ぎ 真子	15:40~18:40 キッズ スマイミング	14:55~15:40 フラダンス 中川	15:00~15:30 フィンスイムタイム		15:25~16:00 はじめて水泳 真子	15:05~16:00 バレトン&ストレッチ 藤川	15:40~18:40 キッズ スマイミング	14:45~15:30 ピラティス 橋本	15:10~15:40 イーサーダット 田淵	15:10~15:40 イーサーダット 田淵	
	16:30~17:20 新体操(キッズ) 倉島		15:40~18:40 キッズ スマイミング	16:30~17:20 ダンス(キッズ) ko-dai	16:30~17:20 ダンス(キッズ) ko-dai	17:25~18:25 ダンス(ジュニア) ko-dai		16:00~16:50 新体操(キップ) 吉田	16:50~17:50 新体操(ジュニア) 吉田	16:00~18:00 キッズ スマイミング	15:50~16:35 エアロ30 +コンディショニング 橋本	16:00~18:00 キッズ スマイミング	16:00~18:00 キッズ スマイミング	
	17:20~18:20 新体操(ジュニア) 倉島		16:00~18:00 キッズ スマイミング	17:25~18:25 ダンス(ジュニア) ko-dai				16:50~17:50 新体操(ジュニア) 吉田	19:00~19:45 スタイルアップジャズ 山田	19:15~19:45 フィンスイムタイム				
19:00	19:00~19:45 ピラティス 橋本		19:00~19:45 THE SLOW 戸田	19:15~19:45 アクアウォーキング 大門	19:15~19:45 フィンスイムタイム		19:00~19:45 ヨーガ 西村	19:30~20:00 ショートアクア 南谷	19:00~19:45 スタイルアップジャズ 山田	19:15~19:45 フィンスイムタイム				
	20:10~20:55 メガダンス 遠藤	20:15~20:45 アクアウォーキング 村瀬	20:15~21:00 BAILA BAILA 戸田	20:15~20:45 ショートアクア 谷口	20:15~21:00 ファイトウ 若井	20:15~20:45 中級クロール 陣之内	20:10~20:55 BAILA BAILA 西村	20:15~20:45 クロール入門 南谷	20:15~21:00 コンディショニング &機能改善ストレッチ 山田	20:15~20:45 アクアウォーキング 大矢	20:15~21:00 ファイトウ 吉田		20:15~ 映像レッスン	20:15~20:45 ショートアクア 若井
	21:15~ 映像レッスン		21:15~ 映像レッスン		21:15~ 映像レッスン		21:15~ 映像レッスン	21:15~21:55 ラディカルパワー 吉田	21:15~ 映像レッスン		21:15~ 映像レッスン			

WEB予約 WEB予約対象レッスン：WEB予約 35名/当日予約 10名 アプリ・ホームページより、週に3本までWEB予約可能/1本消化後、新たなレッスンのご予約可能。詳細・アプリのご登録は、館内掲示をご確認ください。

【定員】
45名

- ★レッスン予約は 9時・12時・18時にまとめて設置致します。(例 月曜9:00 ベリー・ステップ・バレトンの3本を設置)
- ★レッスン予約がでた時点ですべての予約表に記入ができます。
- ★たくさんの方が参加できるよう、当日キャンセルされる場合は、出来るだけ店舗へご連絡を頂けるようご協力ください。

