

アカデミアスポーツ スタジオ・プールレッスンスケジュール

2026年10月～



アカデミアスポーツ スタジオレッスン

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
 午前	10:00～11:00 椅子体操 ストレッチボール 講師：Mari	10:00～11:00 ボカボカヨーガ 講師：Kei	10:00～10:50 ムーティーヨガ バランスボール 第1・3・5講師：大倉 第2・4講師：大原	10:00～10:45 整美体操 講師：神平	10:00～10:50 ボルドブラ 講師：加藤	
 午後	13:00～13:50 ボカボカヨーガ 講師：神平	13:30～14:20 練功十八法 太極拳 講師：武田	13:00～13:50 リズムコンディ ショニング 講師：宇野	13:00～13:50 講師お任せ 楽しみクラス 講師：Mari	13:00～13:50 ジャイロキネシス® 講師：宇野	
 夜	19:00～19:50 HIPHOP 講師：RIE		19:30～20:20 美尻トレーニング FIERCE CAMP 講師：奥田		19:00～19:50 フラダンス 講師：水元	



アカデミアスポーツ プールレッスン

Time	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
 午前			10:30～11:15 成人クラス スイミングクラブ 講師：坪井・松田			
 午後	13:30～14:15 モリモリ パワーアップ ウォーキング 講師：坪井		14:00～14:45 水中 アクアビクス 講師：宇野	13:30～14:15 成人クラス スイミングクラブ 講師：鶴谷	14:00～14:45 浮き浮きアクア 講師：宇野	
 夜		20:30～21:15 成人クラス スイミングクラブ 講師：池下・松田				

の講座は、券売機で販売の「スポーツ利用券【1980円】」で受講できます。(会員様は無料)

の講座は、チケットで受講できます。会員様：無料/非会員様：13200円10枚綴り(入浴込み)

の講座は、チケットで受講できます。会員様：11,000円10枚綴り 非会員：22,000円10枚綴り(入浴込み)

<祭日・祝日について> スタジオ・プールのレッスンは、お休みになります。

この講座は、チケットで受講できます。

会員：11,000円10枚綴り 非会員：22,000円10枚綴り(入浴込み)

<祭日・祝日について>

スタジオ・プールのレッスンは、お休みになります。



福井アカデミアホテルHP

<http://www.fukui-academia.com/index.html>