2026年
4月

グループエクササイズ タイムスケジュール

# イオンモール川口店　4月スケジュール

## 火曜日

### Aスタジオ

- 10:20〜11:10 エアロ2 久保田 温郎 予約
- 11:30〜12:15 【MOVE BODY】POWER45 城田 薫 予約
- 12:35〜13:20 HANUMAN YOGA TARUN 予約
- 13:40〜14:20 エアロ1 萱沼 勇輝デビット 予約
- 14:40〜15:10 【MOVEBODY】DANCE30 萱沼 勇輝デビット 予約
- 15:30〜16:30 キッズ 体育のミカタ キッズ 予約
- 16:30〜17:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 予約
- 17:30〜18:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 予約
- 19:25〜20:10 カラダほぐす YOGA45 宮川 雄仁 予約
- 20:30〜21:15 【MOVE BODY】POWER45 萱沼 勇輝デビット 予約
- 21:35〜22:05 【MOVE BODY】FIGHT30 小林 大輝 予約

### Bスタジオ

- 10:30〜11:15 ヨガ45 島田 美映 予約
- 11:35〜12:20 【MOVE BODY】DANCE45 島田 美映 予約
- 12:40〜13:10 基礎DAN！30 島田 美映 予約
- 13:35〜14:20 ヴィンヤサヨガ TARUN 予約
- 14:35〜15:05 【MOVE BODY】FIGHT30 城田 薫 予約
- 15:30〜16:30 キッズ チアダンス キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ チアダンス ジュニア
- 17:30〜18:30 キッズ チアダンス ジュニアⅡ
- 18:30〜20:00 キッズ チアダンス 小学生選抜
- 20:30〜21:15 MEGADANZ45 宮川 雄仁
- 21:35〜21:50 ヒーリングストレッチ15

### プール

- 11:00〜12:00 保育園スイミング
- 12:30〜13:00 月替わり4泳法 佐々木 健二
- 13:35〜14:05 アクアミット+F30 田島 里佳
- 14:15〜14:45 アクアダンス30 田島 里佳
- 15:30〜16:30 キッズスイミング
- 16:30〜17:30 キッズスイミング
- 17:30〜18:30 キッズスイミング
- 18:30〜19:30 キッズスイミング

## 水曜日

### Aスタジオ

- 10:30〜11:15 ヨガ45 石黒 晴美 予約
- 11:35〜12:05 FIGHTDO30 MIEKO 予約
- 12:25〜13:10 ZUMBA MIEKO 予約
- 13:25〜14:05 エアロ1 野崎 ゆういち 予約
- 14:20〜15:00 ステップ1 野崎 ゆういち 予約
- 15:30〜16:30 キッズ 体育のミカタ キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ
- 17:30〜18:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ
- 19:30〜20:00 【MOVE BODY】POWER30 沖中 珠美 予約
- 20:15〜21:05 エアロ2 飯山 大輔 予約
- 21:25〜21:55 【MOVE BODY】SHAPE30 沖中 珠美 予約

### Bスタジオ

- 10:30〜11:15 【MOVE BODY】DANCE45 MIEKO 予約
- 11:30〜12:15 HULA HULA 石黒 晴美 予約
- 12:40〜13:10 Ageless Marcial30 山本 結夏
- 13:30〜13:50 Ageless Mobi20 沖中 珠美 予約
- 14:15〜15:15 やさしいバレエ 曽澤 弘子 予約
- 15:30〜16:30 キッズバレエ
- 16:30〜17:30 キッズバレエ
- 17:30〜18:30 キッズバレエ
- 19:45〜20:05 Ageless Mobi20 中村 大翔
- 20:25〜20:55 Ageless Marcial30 中村 大翔 予約
- 21:20〜22:05 ファンクショナルストレッチ45 飯山 大輔 予約 有料

### プール

- 10:45〜11:30 ベビースイミング
- 13:10〜13:55 初級スイミングスクール45 佐々木 健二 有料
- 14:20〜15:05 【MOVEBODY】AQUA45 城田 薫
- 15:30〜16:30 キッズスイミング
- 16:30〜17:30 キッズスイミング
- 17:30〜18:30 キッズスイミング
- 18:30〜19:30 キッズスイミング
- 20:00〜20:30 月替わり四泳法30 佐々木 健二

## 木曜日

### Aスタジオ

- 10:25〜11:10 カラダしぼる YOGA45 郡山 恵 予約
- 11:25〜12:10 HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45 郡山 恵 予約
- 12:30〜13:00 【MOVE BODY】POWER30 萱沼 勇輝デビット 予約
- 13:20〜14:20 太極拳60 平畑 浩敬 予約
- 14:40〜15:10 【MOVE BODY】FIGHT30 櫻庭 春樹 予約
- 15:30〜16:30 キッズ ストリートダンス キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ
- 17:30〜18:30 キッズ ストリートダンス ジュニアⅡ
- 18:30〜19:30 キッズ ストリートダンス
- 19:50〜20:35 FIGHT DO45 平野 莉子 予約
- 20:55〜21:25 UBOUND30 平野 莉子 予約
- 21:40〜22:25 有料グループトレーニング 神津 和輝 有料

### Bスタジオ

- 10:45〜12:45 親子で楽しむ運動あそび 親子
- 12:20〜13:05 HULA HULA クミコ 予約
- 13:25〜14:10 ベリーダンス フィットネス45 クミコ 予約
- 14:40〜15:40 32式太極拳 平畑 浩敬 有料
- 15:30〜16:30 キッズスイミング
- 16:30〜17:30 キッズ卓球 キッズ
- 17:30〜18:30 キッズ卓球 ジュニア
- 19:25〜19:55 ZUMBA MIEKO 予約
- 20:10〜20:40 【MOVE BODY】CONDITION30 MIEKO 予約
- 20:40〜21:25 【VIRTUAL】MEGADANZ
- 21:40〜21:55 限界HUKKIN

### プール

- 13:35〜14:05 アクアミット+F30 田島 里佳
- 14:15〜14:45 アクアダンス30 田島 里佳
- 15:30〜16:30 キッズスイミング
- 16:30〜17:30 キッズスイミング
- 17:30〜18:30 キッズスイミング
- 18:30〜19:30 キッズスイミング
- 21:10〜21:40 【MOVE BODY】AQUA30 MIEKO

## 金曜日

### Aスタジオ

- 10:25〜11:10 ZUMBA 長谷 美里 予約
- 11:25〜12:10 骨盤リズム ダイエット45 長谷 美里 予約
- 12:25〜13:10 HULA HULA 長谷 美里 予約
- 13:35〜14:05 UBOUND30 中村 大翔 予約
- 14:25〜15:10 ヨガ45 ひとみ 予約
- 15:30〜16:30 キッズ 体育のミカタ キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ
- 17:30〜18:30 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ
- 19:15〜20:00 【MOVE BODY】DANCE45 萱沼 勇輝デビット 予約
- 20:20〜21:05 UBOUND45 田島 里佳 予約
- 21:25〜22:10 【MOVE BODY】FIGHT45 田中 優大 予約

### Bスタジオ

- 10:30〜11:10 エアロ1 清水 麻希 予約
- 11:35〜12:05 【MOVE BODY】FIGHT30 大曽根 千恵美 予約
- 12:30〜13:00 健康エール30 城田 薫 予約
- 13:25〜13:55 【MOVE BODY】CONDITION30 大曽根 千恵美 予約
- 14:20〜14:50 【VIRTUAL】KIMAX
- 15:05〜16:05 フリー卓球60
- 15:30〜16:30 キッズ 体育のミカタ キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ空手
- 17:30〜18:30 キッズ空手
- 19:15〜20:00 X55 田島 里佳 予約
- 20:20〜21:05 HATHAYOGA ディープブレスフロウ45 萱沼 勇輝デビット 予約
- 21:25〜21:45 シェイピング20 萱沼 勇輝デビット

### プール

- 10:45〜11:30 ベビースイミング
- 12:00〜12:45 アクアダンス45 大嶌 美帆
- 13:00〜13:45 はじめて4泳法 大嶌 美帆 有料
- 14:35〜15:05 アクアダンス30 萱沼 勇輝デビット
- 15:30〜16:30 キッズスイミング
- 16:30〜17:30 キッズスイミング
- 17:30〜18:30 キッズスイミング
- 18:30〜19:30 キッズスイミング

## 土曜日

### Aスタジオ

- 10:25〜11:05 ステップ1 飯山 大輔 予約
- 11:20〜12:10 エアロ2 飯山 大輔 予約
- 12:30〜13:10 【MOVE BODY】POWER45 中村 浩之 予約
- 13:30〜14:15 【MOVE BODY】FIGHT45 萱沼 勇輝デビット 予約
- 14:35〜15:20 【MOVE BODY】DANCE45 萱沼 勇輝デビット 予約
- 15:40〜16:10 UBOUND30 中村 大翔 予約
- 16:30〜17:00 【MOVE BODY】SHAPE30 安形 直樹 予約
- 17:20〜17:50 【MOVE BODY】FIGHT30 安形 直樹 予約
- 18:15〜19:15 ピックルボール 体験スクール 櫻庭 春樹 有料
- 19:30〜20:30 ピックルボール 施設貸出 有料
- 15:30〜16:30 キッズ ストリートダンス キッズ
- 16:30〜17:30 キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ
- 17:30〜18:30 キッズ ストリートダンス ジュニアⅡ
- 18:30〜19:30 キッズ ストリートダンス 中高生クラス

### Bスタジオ

- 11:20〜11:40 Ageless Mobi20 中村 大翔
- 11:50〜12:10 Agless Marcial20 中村 大翔
- 12:35〜13:05 【VIRTUAL】KIMAX
- 13:25〜14:10 ZUMBA 古谷 愛子
- 14:25〜15:10 カラダほぐす YOGA45 古谷 愛子 予約
- 19:50〜20:20 【VIRTUAL】FIGHT DO
- 20:30〜20:45 【VIRTUAL】ELEVEN
- 20:55〜21:10 【VIRTUAL】STRETCHING

### プール

- 09:00〜10:00 キッズスイミング
- 10:00〜11:00 キッズスイミング
- 11:00〜12:00 キッズスイミング
- 12:00〜13:00 キッズスイミング
- 13:00〜14:00 キッズスイミング
- 14:00〜15:00 キッズスイミング
- 15:45〜16:45 キッズスイミング
- 16:45〜17:45 キッズスイミング
- 17:45〜18:45 キッズスイミング

## 日曜日

### Aスタジオ

- 09:00〜10:00 キッズ 体育のミカタ キッズ
- 10:00〜11:00 キッズ 体育のミカタ キッズ
- 11:00〜12:00 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ
- 12:00〜13:00 キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ
- 13:50〜14:35 UBOUND45 田中 優大 予約
- 14:50〜15:35 MEGADANZ45 宮川 雄仁 予約
- 15:50〜16:45 【MOVE BODY】POWER45 中村 大翔 予約
- 17:05〜17:50 FIGHTDO45 宮川 雄仁 予約
- 18:15〜19:15 ピックルボール 施設貸出 有料

### Bスタジオ

- 10:30〜11:00 カラダほぐす YOGA30 北条 しをり 予約
- 11:20〜12:00 エアロ1 北条 しをり 予約
- 12:20〜13:10 ステップ2 北条 しをり 予約
- 13:55〜14:25 【MOVE BODY】DANCE30 宮川 雄仁 予約
- 14:55〜15:25 【MOVEBODY】FIGHT30 山本 結夏 予約
- 15:50〜16:35 カラダほぐす YOGA45 宮川 雄仁 予約
- 17:40〜17:55 【VIRTUAL】STRETCHING
- 18:05〜18:35 【VIRTUAL】X55
- 18:45〜19:00 【VIRTUAL】HYPER C

### プール

- 09:00〜10:00 キッズスイミング
- 10:00〜11:00 キッズスイミング
- 11:00〜12:00 キッズスイミング
- 12:00〜13:00 キッズスイミング
- 13:00〜14:00 キッズスイミング
- 14:30〜15:15 ベビースイミング
- 15:45〜16:45 キッズスイミング
- 16:45〜17:45 キッズスイミング
- 17:45〜18:45 キッズスイミング