

ビバスポーツアカデミー枚方

2022年4月～2022年6月

月	火			水			木			金			土			日																	
	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ	プール 1コース	プール 2コース	スタジオ															
10:00	保育所プール利用日は 9:30から準備します			9:30~9:50 ベビースイミング												9:30~12:40 子どもスイミング ※2コース使用																	
11:00	9:50~10:50 ベビースイミング			10:00~10:45 ベリーダンス 三島			10:00~10:30 水中ウォーク 高井			10:00~10:30 はじめてスイム 川村			9:50~10:50 POWER YOGA 名取			10:00~10:30 平泳ぎ基礎 川村			10:00~11:00 ボール コンディショニング 名取			10:00~10:30 バタフライ基礎 川村			9:50~10:50 SALSATION® AYA			10:00~10:40 アクアエアロ 中尾 *3コース使用			10:45~10:55 ヨガ 上田		
12:00	11:10~11:40 バタフライ 川村			11:00~11:45 リトモス NORI			10:40~11:10 背泳ぎ初級 川村			11:05~11:55 ベリーシェイプ 米山			10:40~11:10 スイム500M 川村			11:15~12:00 エアロ (初級) 名取			10:40~11:25 クロール中級 川村			11:05~11:35 ボディバンプ30 高井			10:50~11:50 ベビースイミング ※3コース使用			11:05~12:05 健美操 小長井			10:50~ お楽しみレッスン 前月15日までに 翌月の内容を 告知します		
13:00	11:50~12:20 目指せ25M 川村			12:00~12:30 ボディコンバット30 中村			12:15~13:00 IM 松野			12:10~12:55 ZUMBA 米山			12:00~13:00 マスターズ 松野			12:15~13:00 IM 佐藤			11:50~12:40 ダンスエアロ ASAMI			12:00~13:00 マスターズ 福熊			12:20~13:20 太極舞 水上								
14:00	12:30~13:20 スイム1000M 松野			12:45~13:45 自強術 松本			13:45~14:15 アクアエアロ30 佐々木			13:10~14:10 バレトン 駒崎			12:30~13:30 ピラティス 上田			13:45~14:45 ペルビック ストレッチ 上田 <small>タオル必要</small>			12:55~13:40 ウェープリング ASAMI			13:00~14:30 マスターズ 練習コース 2,3コース使用			13:35~14:35 クラシックバレエ 水上								
15:00	14:30~15:30 保育園プール利用			14:00~15:00 リラックスヨガ 松本			14:30~15:15 ピラティス 佐々木			14:30~15:15 ピラティス 佐々木			13:55~14:25 バランスボール 名取			14:40~15:10 身体調整 ストレッチ 佐藤			子どもスイミング 13:30~18:30 14:45~15:55 (全コース子どもスイミングで使用の ため大人の方はご利用頂けません。)			13:00~14:30 ファミリー利用可能 13:00~17:15			14:50~15:20 ボディバンプ30 高井								
16:00	子どもスイミング 15:30~18:30 ※16:25~18:30は 3コース使用			15:25~18:30 子ども 体育スクール			子どもスイミング 15:30~18:30 ※16:25~18:30は 3コース使用			15:25~18:30 子ども 体育スクール			子どもスイミング 15:30~18:30 ※16:25~18:30は 3コース使用			15:25~18:30 子ども 体育スクール			子どもスイミング 15:30~18:30 ※16:25~18:30は 3コース使用			16:00~17:15 (4コース使用)			16:30~17:15 メガダンス とも								
17:00																16:35~18:40 キッズダンス			17:30~18:30 ヨガ 上田														
18:00																																	
19:00	19:00~19:40 アクアエアロ 為藤			19:20~20:20 骨盤矯正ヨガ 上田			19:20~19:50 水中ウォーク 岩崎			19:30~20:15 ベリーダンス 三島			19:00~19:45 背泳ぎ 福熊			19:20~20:10 エアロ (初級) 大岸			19:00~19:30 クロール初級 佐藤			19:40~20:20 アクアエアロ とも			19:30~20:30 ピラティス 上田			18:45~19:15 ボディコンバット30 中村					
20:00	19:50~20:20 スイム500~1000M 尾川			20:00~21:15 クロール中級 尾川			20:00~20:45 平泳ぎ 岩崎			20:30~21:00 ボディコンバット30 中村			20:00~20:45 バタフライ 福熊			20:25~20:55 STRONG NATION30 中村			20:40~21:25 IM 福熊			20:45~21:30 ZUMBA とも			19:30~20:00 STRONG NATION30 中村			20:15~20:45 ボディバンプ30 高井					
21:00				20:35~21:20 ZUMBA 米山			21:15~21:45 ボディバンプ30 中村			21:10~22:00 リトモス ASAMI																							

休館日

脳神経を活用した
ストレッチ&トレーニングで
身体を整えましょう。
定員：25名

は初めての方、中高年の方にも安心してご参加いただけます
はシューズ不要のレッスンです

- 《スタジオについて》
- Web、フロントの端末、電話での事前予約が可能です
 - マイページでの予約:レッスン実施日の、1週間前の0時00分に、予約受付スタート
 - フロントの端末から予約:レッスン実施日の、1週間前の9時30分に、予約受付スタート
 - 電話での予約:レッスン1営業日前の9時30分に、予約受付スタート
 - 予約は1日につき、1レッスンまでとなります
 - フロントでの整理券配布は、事前予約分を抜き 残った枚数をレッスン開始20分前から配布します
(事前予約が5名あった場合、整理券の配布は6番からとなります)
整理券の枚数より多くの希望者がいる場合は抽選となります
- 予約初日の9:30までに定員に達しているクラスで予約が取れなかった会員さんを対象に
次々回レッスンの優先予約を予約開始日に限り、電話かフロントで申込を最大5枠受け付けます
※予約開始日が休館日の場合は翌営業日に受付を行います
 - 1週間前が、休館日の場合→マイページでの予約は、1週間前の0時00分から開始
フロントでの端末からの予約は、翌営業日の9時30分から開始
※年末年始は2週間前からの予約開始を予定しています(日程の詳細は、1ヶ月前に案内します)
 - レッスン開始30分前以降のキャンセルは、ビバへ電話連絡をお願いします
事前予約をされていても5分前までにご来館がない場合、キャンセル扱いとなります

- ※スタジオ参加条件は、体調が良好(37.5度以下)でマスク等を鼻まで覆い着用されている方とさせていただきます。
- ※有酸素系プログラムの定員は20名でヨガ・ピラティスなどのマット系のプログラムは25名(太枠)です
- ※泳法レッスンは、初心者~上級者の方まで参加して頂けます
- ※スイム500~1000Mのレッスンは、全時間どなたでもご参加頂けます
- ご不明な点は、レッスン担当者までご相談下さい
- ※日曜日・ホリデー営業日は、1コースを家族利用コースとして開放しております
- ※レッスン開始時間に遅れると、レッスンにご参加頂けません