

12月

2025年



レッスン予定表

ACQUA VINA CECIA

定休日

毎水曜日

年末年始臨時休業

27日(土)～
1月5日(月)

日	月	火	水	木	金	土	
プール スタジオ	1 	2 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクスC 2:45～3:15 太極拳(上級) 1:00～2:30 太極拳(初級) 2:40～3:40 マーシャルエグザサイズ 8:15～9:00	3 休	4 アクアビクスA 2:15～2:45 アクアビクスB 3:15～3:45 らくらく体操ストレッチ 1:15～2:00 ピラティス 7:45～8:30	5 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクス 2:30～3:00 アクアビクスA 8:00～8:30	6 水中ウォーキング 2:45～3:30 ヨーガ 2:45～3:45	
プール スタジオ	7 アクアビクスC 2:30～3:00	8 アクアトレーニング 3:00～3:30 バタフライ 8:00～8:30	9 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクスC 2:45～3:15	10 休	11 アクアビクスA 2:15～2:45 アクアビクスB 3:15～3:45 らくらく体操ストレッチ 1:15～2:00 ピラティス 7:45～8:30	12 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクス 2:30～3:00 アクアビクスA 8:00～8:30	13 水中ウォーキング 2:45～3:30 ヨーガ 2:45～3:45
プール スタジオ	14 アクアビクスC 2:30～3:00	15 アクアトレーニング 3:00～3:30 バタフライ 8:00～8:30	16 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクスC 2:45～3:15	17 休	18 アクアビクスA 2:15～2:45 アクアビクスB 3:15～3:45 らくらく体操ストレッチ 1:15～2:00 ピラティス 7:45～8:30	19 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクス 2:30～3:00 アクアビクスA 8:00～8:30	20 水中ウォーキング 2:45～3:30 ヨーガ 2:45～3:45
プール スタジオ	21 アクアビクスC 2:30～3:00	22 アクアトレーニング 3:00～3:30 バタフライ 8:00～8:30	23 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクスC 2:45～3:15	24 休	25 アクアビクスA 2:15～2:45 アクアビクスB 3:15～3:45 らくらく体操ストレッチ 1:15～2:00 ピラティス 7:45～8:30	26 水泳教室 1:30～2:00 アクアビクス 2:30～3:00 アクアビクスA 8:00～8:30	27 休
プール スタジオ	28 休	29 休	30 休	31 休			

※8日(月)岡本インストラクター担当《ハワイアンフラ》はお休みです

営業時間

夏時間(6～9月) 朝10:00～21:30
通 常(10～5月) 朝11:00～21:30
日・祝は18:00に終了します

お断り 担当インストラクターの都合によりレッスンが休止、変更になる場合がありますのでご了承下さい。水泳教室にはゴーグルが必要です。

お願い レッスン開始5分経過後からの途中参加はご遠慮下さい。
スタジオレッスン(ヨーガ・ピラティスを除く)には必ずシューズをお持ち下さい。

※レッスン料は会費に含まれます。予約は不要です。

お問い合わせ…京都市東山区東大路渋谷下る妙法院前側町421-1
TEL 075-561-0155 アクア・ヴィナーシャ(日興開発株式会社)