2026年1月　東武スポーツクラブおおわだ　ハロウィンスケジュール

日曜日(25日)

スタジオ

- エアロ&コンディショニング45 10:45~11:30 木村文子
- エアロ中級45 11:50~12:35 木村文子
- 骨盤エクササイズ45 14:30~15:15 榎本早苗
- LesMills BODYCOMBAT ボディコンバット60 15:30~16:30 川島颯

プール

- キッズスイミングスクール 幼児・小学生 9:00~10:00
- キッズスイミングスクール 幼児・小学 10:00~11:00
- クロール30 11:15~11:45 宮本義彰
- アクアフレッシュ30 12:00~12:30 真方美歩
- スイムトレーニング45 13:00~13:45 東武スタッフ
- プライベートレッスン 14:00~14:30

スカッシュコート

予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可）

ラケット、ボールの無料レンタルがございます。

お気軽にスタッフまでお声掛けください。

2コース使用

1コース使用

トレーニング終了時間18:15
閉館時間18:30

月曜日

毎週月曜日は休館日となります

火曜日(27日)

スタジオ

- リラクゼーションヨガ45 9:45~10:30 冨永正子
- ピラティス45 11:00~11:45 hiro
- エアロ&コンディショニング45 12:00~12:45 hiro
- ボディパンプ30 13:15~13:45 川邊徹平
- キッズスクール ストリートダンス 17:00~18:00
- キッズスクール ストリートダンス 18:00~19:00
- エアロ初級45 19:45~20:30 伊藤絹子
- リフレッシュストレッチ45 20:45~21:30 伊藤絹子

プール

- はじめて平泳ぎ30 10:00~10:30 三田文隆
- スイミングスクール ベビー 11:10~11:55
- らくらくウォーキング30 12:15~12:45 三田文隆
- キッズスイミングスクール 幼児 15:00~16:00
- キッズスイミングスクール 幼児・小学 16:00~17:00
- キッズスイミングスクール 小学生 17:00~18:00
- キッズスイミングスクール 小学・中学 18:00~19:00
- スイムトレーニング45 20:00~20:45 高橋歩乃子

スカッシュコート

予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可）

ラケット、ボールの無料レンタルがございます。

お気軽にスタッフまでお声掛けください。

2コース使用

プールエリア終了時間22:15
トレーニング終了時間23:15
閉館時間23:30

水曜日(28日)

スタジオ

- エアロ&コンディショニング45 9:45~10:30 宮野朋子
- 骨盤エクササイズ45 11:00~11:45 榎本早苗
- ZUMBA ズンバ60 12:15~13:15 MINA
- キッズスクール 空手 17:00~18:00
- キッズスクール 空手 18:00~19:00
- LesMills BODYPUMP ボディパンプ45 19:45~20:30 高津泉
- LesMills BODYCOMBAT ボディコンバット45 20:50~21:35 山口梨音

プール

- はじめてクロール30 10:20~10:50 川邊徹平
- らくらくウォーキング30 11:10~11:40 三田文隆
- スイムトレーニング30 12:00~12:30 宮本義彰
- 【有料レッスン】グループレッスン 12:45~13:45
- キッズスイミングスクール 幼児 15:00~16:00
- キッズスイミングスクール 幼児・小学 16:00~17:00
- キッズスイミングスクール 小学生 17:00~18:00
- キッズスイミングスクール 小学・中学 18:00~19:00
- 泳法クリニック 20:00~20:30 宮本義彰

スカッシュコート

予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可）

ラケット、ボールの無料レンタルがございます。

お気軽にスタッフまでお声掛けください。

※ 500m程度泳ぎます！

1コース使用

プールエリア終了時間22:15
トレーニング終了時間23:15
閉館時間23:30

木曜日(29日)

スタジオ

- リラクゼーションヨガ45 9:45~10:30 山口由美子
- LesMills BODYPUMP ボディパンプ45 10:50~11:35 高津泉
- からだケアストレッチ30 12:00~12:30 上村亜紀
- 太極拳45 12:55~13:40 飯田雅絵
- 気功30 13:50~14:20 飯田雅絵
- キッズスクール チアダンス 17:00~18:00
- キッズスクール チアダンス 18:00~19:00
- ZUMBA ズンバ60 19:30~20:30 MINA
- LesMills BODYPUMP ボディパンプ60 20:45~21:45 川邊徹平
- 背中スッキリ20 22:00~22:20 上田紘宇

プール

- アクアフレッシュ30 10:00~10:30 真方美歩
- スイミングスクール ベビー 11:10~11:55
- はじめてバタフライ30 12:15~12:45 川邊徹平
- らくらくウォーキング30 13:00~13:30 三田文隆
- プライベートレッスン 14:15~14:45
- キッズスイミングスクール 幼児 15:00~16:00
- キッズスイミングスクール 幼児・小学 16:00~17:00
- キッズスイミングスクール 小学生 17:00~18:00
- キッズスイミングスクール 小学・中学 18:00~19:00
- はじめて背泳ぎ30 20:00~20:30 宮本義彰

スカッシュコート

予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可）

ラケット、ボールの無料レンタルがございます。

お気軽にスタッフまでお声掛けください。

プールエリア終了時間22:15
トレーニング終了時間23:15
閉館時間23:30

TOBU SPORTS

インフォメーション

一緒に仮装を
楽しもうぜ！！

仮装レッスンのご案内

年に1回のハロウィン仮装レッスン！

仮装はしてもしなくてもOK！

仮装して楽しむもよし！

見て楽しむもよし！

ハロウィンは渋谷ではなく！

”おおわだ”で楽しみましょう👍

休館日・祝日営業のご案内

・１０月１８日(日)休館日

TOBU SPORTS

東武スポーツ公式アプリ

金曜日(30日)

	スタジオ	プール	スカッシュコート
9:00			予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可） ラケット、ボールの無料レンタルがございます。 お気軽にスタッフまでお声掛けください。
9:30			
10:00	リラクゼーションヨガ45 9:50~10:35 横嶋初江	はじめて水泳30 10:00~10:30 宮本義彰	
10:30			
11:00	ステップ＆ コンディショニング45 11:00~11:45 横嶋初江	オリジナルアクア45 10:45~11:30 柳田志津	
11:30			
12:00	フラダンス45 12:00~12:45 山口道子	はじめて背泳ぎ30 11:45~12:15 宮本義彰	
12:30			
13:00	To Do EXE!!レッスン 13:30~14:00 川邊 徹平		
13:30			
14:00		スイミングスクール 成人 13:45~14:45	
14:30			
15:00		キッズスイミング スクール 幼児 15:00~16:00	
15:30			
16:00		キッズスイミング スクール 幼児・小学 16:00~17:00	
16:30			
17:00	キッズスクール バレエ 17:00~18:00	キッズスイミング スクール 小学生 17:00~18:00	
17:30			
18:00	キッズスクール バレエ 18:00~19:00	キッズスイミング スクール 小学・中学 18:00~19:00	
18:30			
19:00			
19:30			
20:00	ZUMBA ズンバ45 19:45~20:30 Chihiro	アクアフレッシュ30 20:00~20:30 真方美歩	
20:30			
21:00	かんたんプチトレ30 20:45~21:15 増田尋人		
21:30			
22:00			
22:30			
23:00			

プールエリア終了時間22:15
トレーニング終了時間23:15
閉館時間23:30

土曜日(31日)

	スタジオ	プール	スカッシュコート
9:00			予約制でスカッシュコートをご利用できます。（卓球も可） ラケット、ボールの無料レンタルがございます。 お気軽にスタッフまでお声掛けください。
9:30			
10:00		スイミングスクール 成人 9:40~10:40	
10:30			
11:00	エアロ＆コンディショニング45 11:00~11:45 篠田恵美	スイミングスクール ベビー 10:45~11:30	
11:30			
12:00	からだケアストレッチ30 12:00~12:30 上村亜紀	オリジナルアクア45 12:00~12:45 芝田良乃	
12:30			
13:00	エアロ初級45 12:45~13:30 木村文子	泳法クリニック30 13:00~13:30 川邊徹平	
13:30			
14:00	リラクゼーションヨガ 60 14:00~15:00 井上和代	【有料レッスン】 グループレッスン 13:45~14:45	1コース 使用
14:30			
15:00	LesMills BODYCOMBAT ボディコンバット45 15:15~16:00 川島颯	キッズスイミング スクール 幼児 15:00~16:00	
15:30			
16:00		キッズスイミング スクール 幼児・小学 16:00~17:00	
16:30			
17:00		キッズスイミング スクール 小学生 17:00~18:00	
17:30			
18:00		キッズスイミング スクール 小学・中学 18:00~19:00	
18:30			
19:00			
19:30			
20:00			
20:30			
21:00			
21:30			
22:00			
22:30			
23:00			

白枠 仮装なし
オレンジ枠 プチ仮装（しなくてもOK）
赤枠 ガチ仮装（しなくてもOK）

トレーニング終了時間20:45
閉館時間21:00