2026年 3月～

グループエクササイズタイムスケジュール

ティップネス 江南

[営業時間] 平日 10:00～23:00
土曜 10:00～21:00
日祝 10:00～19:00
[T E L] 0587-53-6311
[休 館 日] 毎週木曜

- 都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合があります。
- 祝日は特別スケジュールとなります。
- 店舗別・プログラム別のタイムスケジュール、代行インストラクターの最新情報は施設内の掲示板もしくはiTIPNESSでご確認下さい。
- 「iTIPNESS」なら、最新ニュース・スケジュール確認・代行情報など便利な情報がいっぱい！ PC・スマートフォン・ケータイから簡単に登録頂けます。 ぜひご利用下さい！ **https://i.tipness.co.jp**

iTIPNESS

月曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
ヨガ45 10:20～11:05 後藤 清美 予約	BAILA BAILA45 10:20～11:05 かおる 予約	NEW セミパーソナル 11:00～11:30 有料 予約		ベビースイミング 45 10:30～11:15
エアロ1 11:25～12:05 かおる 予約	【有料オリジナル】SALSATION 11:20～12:20 後藤 清美 有料 予約			ベビースイミング 45 11:15～12:00
BASE WALK30 12:35～13:05 真澄 予約	【MOVE BODY】POWER30 12:40～13:10 吉田 愛望 予約		【MOVE BODY】AQUA45 12:35～13:20 石場 咲 アップデート	
ステップ1 13:25～14:05 真澄 予約	Punch'n Kick20 13:30～13:50 吉田 愛望			はじめてスイム20 13:45～14:05 金泉 元彦
【有料オリジナル】ウェーブストレッチ50 14:20～15:10 真澄 有料 予約	【MOVE BODY】FIGHT30 14:10～14:40 布村 燎久 予約			初級スイムスクール 14:10～14:55 金泉 元彦 有料
	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30			キッズスイミング 15:30～16:30
キッズ ストリートダンス キッズ60 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30			キッズスイミング 16:30～17:30
キッズ ストリートダンス ジュニアⅡ60 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタ 17:30～18:30			キッズスイミング 17:30～18:30
キッズ ストリートダンス ジュニアⅢ60 18:30～19:30	NEW Ageless Mobi20 19:15～19:35 梶浦 千夏			キッズスイミング 18:30～19:30
やさしい HIPHOP 19:55～20:40 藤崎 英代 予約	HATHA YOGA ディープ ブレスフロウ45 19:55～20:40 KUMI 予約		【MOVE BODY】AQUA30 19:50～20:20 市川 留美子 アップデート	
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:00～21:45 藤崎 英代 予約	【MOVE BODY】POWER30 21:00～21:30 石場 咲 予約			

火曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
ヨガ60 10:20～11:20 KAORI 予約	スタートFitE ～動けるカラダ～20 10:20～10:40 曽我 日和			ベビースイミング 45 10:30～11:15
	健康エール30 10:55～11:25 曽我 日和 予約			ベビースイミング 45 11:15～12:00
骨盤リズム ダイエット45 11:40～12:25 KAORI アップデート 予約	オリジナル 【有料オリジナル】やさしい JAZZ HIP HOP 11:40～12:30 藤崎 英代 有料 予約	NEW マシン ～上半身～ 11:45～12:05 マシン ～下半身～ 12:10～12:30 NEW		
エアロ2 12:45～13:35 伊藤 舞子 予約	BASE WALK45 12:45～13:30 KAORI 予約			アクア ダンス45 13:00～13:45 KOZUE 整理券
オリジナル ラテン エアロ45 13:55～14:40 村川 秀美 予約	ステップ2 13:55～14:45 伊藤 舞子 予約			オリジナル 【有料オリジナル】機能改善 アクアスクール 14:00～14:45 KOZUE 有料
ピラティス スクール 15:00～16:00 村川 秀美 有料	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30			キッズスイミング 15:30～16:30
キッズチアダンス 名古屋グランバス ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30			キッズスイミング 16:30～17:30
キッズチアダンス 名古屋グランバス 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタ 17:30～18:30			キッズスイミング 17:30～18:30
キッズチアダンス 90 18:30～20:00				キッズスイミング 18:30～19:30
	BASE WALK30 19:35～20:05 かおる 予約			
ZUMBA 20:20～21:05 かおる 予約	ステップ2 20:20～21:10 藤城 舞衣 予約			初級スイムスクール 20:30～21:30 土井 建太 有料
エアロ2 21:20～22:10 YAYOI 予約	BAILA BAILA45 21:25～22:10 後藤 清美 予約			

水曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
エアロ1 10:30～11:10 KAORI 予約	親子で楽しむ運動あそび 親子 10:15～11:15			初級スイムスクール 10:30～11:30 大森 真理子 有料 予約
オリジナル 【有料オリジナル】リズムコアトレーニング 11:25～12:10 KAORI 有料 予約	【MOVE BODY】POWER30 11:40～12:10 石場 咲 予約			中級スイムスクール 11:35～12:35 大森 真理子 有料 予約
【MOVE BODY】DANCE45 12:25～13:10 曽我 日和 予約	オリジナル 【有料オリジナル】ファンクショナルフロー ～ゆれて整うカラダ～ 12:25～13:10 KAORI 有料 予約	FOCUS PILATES 【実践】20 12:40～13:00 杉本 隆 FOCUS PILATES 【実践】20 13:05～13:25 杉本 隆		FUN SWIM 12:40～13:10 大森 真理子
ZUMBA 13:30～14:15 Ako 予約	MAT PILATES45 13:25～14:10 村川 秀美 予約		【MOVE BODY】AQUA30 13:45～14:15 曽我 日和 アップデート	
ヨガ60 14:30～15:30 KUMI 予約	オリジナル 【有料オリジナル】コンディショニングPILATES 14:25～15:10 村川 秀美 有料 予約			
キッズバレエ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30			キッズスイミング 15:30～16:30
キッズバレエ 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30			キッズスイミング 16:30～17:30
	キッズ 体育のミカタ 17:30～18:30			キッズスイミング 17:30～18:30
				キッズスイミング 18:30～19:30
エアロ1 19:30～20:10 YAYOI 予約	FAST WALK30 19:40～20:10 杉本 隆 予約	NEW マシン ～上半身～ 20:20～20:40 マシン ～下半身～ 20:45～21:05 NEW		
はじめてHIPHOP 20:30～21:00 藤崎 英代 予約	【MOVE BODY】POWER45 20:25～21:10 市川 留美子 予約			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:25～22:10 藤崎 英代 予約	【MOVE BODY】FIGHT30 21:25～21:55 市川 留美子 予約			

木曜日

休館日

金曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
ヨガ60 10:20～11:20 古荘 委佐美 予約	オリジナル ステップ1.5 10:30～11:15 高井 尚 予約			ベビースイミング 45 10:30～11:15
エアロ1 11:40～12:20 高井 尚 予約	やさしい フラダンス 11:35～12:20 Mirako 予約	TRX フロートストレッチ 12:00～12:20 市川 留美子 TRX オールワークアウト 12:25～12:45 市川 留美子		ベビースイミング 45 11:15～12:00
【MOVE BODY】FIGHT30 12:40～13:10 土佐 幸大 予約	FAST WALK30 12:35～13:05 曽我 日和 予約			アクア ダンス45 13:00～13:45 金森 有美
NEW 基礎DAN! 30 13:30～14:00 土佐 幸大 予約	オリジナル 【有料オリジナル】AERO1.5 13:20～14:05 近藤 幸子 有料 予約			
ZUMBA 14:20～15:05 Ako 予約	カラダしぼる YOGA45 14:20～15:05 近藤 幸子 予約			
キッズチアダンス 名古屋グランバス ジュニアⅠ 15:30～16:30	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30			キッズスイミング 15:30～16:30
キッズチアダンス 名古屋グランバス ジュニアⅠ 16:30～17:30	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30			キッズスイミング 16:30～17:30
キッズチアダンス 名古屋グランバス ジュニアⅡ 17:30～18:30	キッズ 体育のミカタ 17:30～18:30			キッズスイミング 17:30～18:30
キッズチアダンス 名古屋グランバス ジュニアⅢ 18:30～19:30				キッズスイミング 18:30～19:30
ZUMBA 19:45～20:15 かおる 予約	エアロ2 19:20～20:10 藤城 舞衣 予約	NEW FOCUS PILATES 【実践】20 19:45～20:05 梶浦 千夏 FOCUS PILATES 【実践】20 20:10～20:30 梶浦 千夏		
NEW 【MOVE BODY】DANCE45 20:30～21:15 かおる 予約	ステップ1 20:30～21:10 藤城 舞衣 予約	NEW フリーウェイト ～上半身～ 21:00～21:20 フリーウェイト ～下半身～ 21:25～21:45 NEW		初級スイムスクール 20:30～21:30 土井 建太 有料
【MOVE BODY】FIGHT45 21:30～22:15 杉本 隆 予約	BAILA BAILA45 21:30～22:15 かおる 予約			

土曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
				キッズスイミング 9:00～10:00
HULA HULA 10:25～11:10 KUMI 予約	キッズバレエ 10:00～11:00			キッズスイミング 10:05～11:05
カラダしぼる YOGA45 11:30～12:15 KUMI 予約	キッズバレエ 11:00～12:00			キッズスイミング 11:10～12:10
エアロ1 12:35～13:15 KUMI 予約	キッズバレエ 12:00～13:00			キッズスイミング 12:15～13:15
NEW 基礎DAN! 30 13:30～14:00 Ako 予約	親子で楽しむ運動あそび 親子 13:15～14:15			ベビースイミング 45 13:30～14:15
【MOVE BODY】CONDITION45 14:15～15:00 真澄 予約				
ZUMBA 15:15～16:00 真澄 予約	キッズ 体育のミカタ キッズ 15:00～16:00			キッズスイミング 15:00～16:00
【MOVE BODY】FIGHT30 16:15～16:45 真澄 予約	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:00～17:00			キッズスイミング 16:05～17:05
筋肉SQUAT 17:00～17:15 梶浦 千夏 筋肉HUKKIN 17:20～17:35 梶浦 千夏 ストレッチ20 17:45～18:05 梶浦 千夏	キッズ 体育のミカタ 17:00～18:00			キッズスイミング 17:10～18:10
ZUMBA 18:30～19:15 中川 拓郎 予約	キッズ 体育のミカタ 18:00～19:00			キッズスイミング 18:15～19:15

日曜日

Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB
	キッズ 体育のミカタ 9:00～10:00			キッズスイミング 9:00～10:00
RITMOS45 10:20～11:05 三輪 郁美 予約	キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 10:00～11:00			キッズスイミング 10:05～11:05
NEW 【MOVE BODY】DANCE30 11:20～11:50 三輪 郁美 予約	キッズ 体育のミカタ キッズ 11:00～12:00			キッズスイミング 11:10～12:10
骨盤リズム ダイエット45 12:10～12:55 かおる 予約 アップデート	キッズ 体育のミカタ キッズ 12:00～13:00			キッズスイミング 12:15～13:15
NEW エアロ1 13:10～13:50 かおる 予約	NEW ピックルボール 13:15～14:15 有料 予約			キッズスイム パーソナル 13:25～14:25
【MOVE BODY】POWER45 14:10～14:55 土佐 幸大 予約	NEW Ageless Mobi20 14:50～15:10 吉田 愛望			
【MOVE BODY】FIGHT45 15:10～15:55 土佐 幸大 予約	NEW SPARTAN CIRCUIT20 15:25～15:45 杉本 隆	NEW セミパーソナル 15:30～16:00 有料 予約		
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 16:15～17:00 藤崎 英代 予約	【MOVE BODY】SHAPE30 16:10～16:40 吉田 愛望 予約 アップデート			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 有料クラス30 17:15～17:45 藤崎 英代 有料 予約	Punch'n Kick20 16:55～17:15 石場 咲 筋肉HUKKIN 17:25～17:40 石場 咲			