2026年 4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
エアロ1 10:25～11:05 かおる 予約	オリジナル【有料オリジナル】SALSATION 10:20～11:20 後藤 清美 有料 予約			ベビースイミング 45 10:30～11:15
【MOVE BODY】DANCE30 11:25～11:55 かおる 予約 アップデート	BAILA BAILA45 11:35～12:20 後藤 清美 予約 アップデート			ベビースイミング 45 11:15～12:00
ZUMBA 12:15～13:00 中川 拓郎 予約	【MOVE BODY】POWER30 12:35～13:05 布村 博久 予約		【MOVE BODY】AQUA45 12:40～13:25 石場 咲	
ステップ1 13:20～14:00 KUMI 予約	【MOVE BODY】FIGHT30 13:20～13:50 布村 博久 予約 アップデート			はじめてスイム20 13:45～14:05 金原 元彦
【MOVE BODY】CONDITION45 14:15～15:00 KUMI 予約	NEW【有料オリジナル】ヨガ60 14:05～15:05 古荘 委佐美 有料 予約			初級スイムスクール 14:10～14:55 金原 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 ジュニア前60 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 ジュニア前60 18:30～19:30				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 ティープ プレフロウ45 19:15～20:00 KUMI 予約	Ageless Mobi20 19:15～19:35 梶浦 千夏	【MOVE BODY】AQUA30 19:50～20:20 市川 留美子	
	NEW Ageless Martial20 20:15～20:35 石場 咲			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:00～21:45 藤崎 英代 予約 アップデート	【MOVE BODY】POWER30 20:50～21:20 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Fit ～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 オリジナル			
骨盤リズム ダイエット45 11:40～12:25 KAORI 予約	NEW【有料オリジナル】オリジナル ダンス50 11:40～12:30 藤崎 英代 有料 予約	Ageless Mobi20 11:40～12:00 土佐 幸大 / Ageless Martial20 12:05～12:25 土佐 幸大 NEW		ベビースイミング 45 11:15～12:00
エアロ2 12:45～13:35 伊藤 舞子 予約	BASE WALK45 12:45～13:30 KAORI 予約 アップデート			アクアミット +F30 12:20～12:50 KOZUE 整理券
				アクア ダンス45 13:00～13:45 KOZUE 整理券
ステップ2 13:55～14:45 伊藤 舞子 予約	オリジナル ピラティス 13:50～14:35 村川 秀美 予約			【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 名古屋グランパス 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 名古屋グランパス 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 90 18:30～20:00				キッズスイミング 18:30～19:30
	BASE WALK30 19:30～20:00 かおる 予約 アップデート	SPARTAN CIRCUIT20 20:10～20:30 杉本 隆 / TRX ブロードストレッチ 20:35～20:55 杉本 隆		
ZUMBA 20:20～21:05 かおる 予約	ヨガ45 20:15～21:00 後藤 清美 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 21:20～22:05 後藤 清美 予約 アップデート			

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 11:35～12:05 榊 梨乃 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 アップデート	オリジナル NEW ファンクショナル フロー ～整ヨカラダ～ 12:25～13:10 KAORI 予約	FOCUS PILATES【美肌】20 12:40～13:00 粕泉 里衣 / FOCUS PILATES【美脚】20 13:05～13:25 粕泉 里衣		FUN SWIM 12:40～13:10 大森 真理子
ZUMBA 13:30～14:15 Ako 予約	オリジナル【有料オリジナル】コンディショニング PILATES 13:25～14:10 村川 秀美 有料 予約		【MOVE BODY】AQUA30 13:45～14:15 曽我 日和	
ヨガ60 14:30～15:30 KUMI 予約	ラテン エアロ45 14:25～15:10 村川 秀美 予約			
キッズチアダンス 名古屋グランパス ジュニアⅠ 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 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
キッズバレエ 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
				キッズスイミング 18:30～19:30
エアロ1 19:30～20:10 YAYOI 予約	NEW Ageless Martial30 19:40～20:10 杉本 隆 予約			
はじめて HIPHOP 20:30～21:00 藤崎 英代 予約	【MOVE BODY】POWER45 20:25～21:10 杉本 隆 予約			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 21:25～22:10 藤崎 英代 予約 アップデート	【MOVE BODY】FIGHT30 21:25～21:55 杉本 隆 予約 アップデート			

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 10:15～11:15 古荘 委佐美 予約	オリジナル ステップ1.5 10:25～11:10 高井 尚 予約			ベビースイミング 45 10:30～11:15
エアロ1 11:30～12:10 高井 尚 予約	やさしい フラダンス 11:30～12:15 Minako 予約			ベビースイミング 45 11:15～12:00
【MOVE BODY】POWER30 12:25～12:55 市川 留美子 予約	基礎DAN! 30 12:30～13:00 曽我 日和 予約			アクアミット +F30 12:30～13:00 金森 有美
NEW Ageless Martial30 13:15～13:45 市川 留美子 予約	オリジナル エアロ1.5 13:15～14:05 近藤 幸子 予約			アクア ダンス45 13:10～13:55 金森 有美
ZUMBA 14:10～14:55 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 名古屋グランパス 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 名古屋グランパス 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 名古屋グランパス 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 名古屋グランパス ジュニアⅡ 18:30～19:30	ステップ1 19:20～20:00 藤城 舞衣 予約	FOCUS PILATES【美腹】20 19:20～19:40 梶浦 千夏 / FOCUS PILATES【美姿勢】20 19:45～20:05 梶浦 千夏		キッズスイミング 18:30～19:30
基礎DAN!20 19:45～20:05 土佐 幸大 予約	エアロ2 20:20～21:10 藤城 舞衣 予約	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		初級スイムスクール 20:30～21:30 土井 建太 有料
【MOVE BODY】FIGHT45 20:20～21:05 土佐 幸大 予約 アップデート				
【MOVE BODY】SHAPE30 21:25～21:55 土佐 幸大 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
HATHA YOGA ティープ プレフロウ45 13:30～14:15 KUMI 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 13:40～14:25
基礎DAN!20 14:30～14:50 Ako				
【MOVE BODY】DANCE45 15:05～15:50 Ako 予約 アップデート	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
Ageless Mobi30 16:10～16:40 梶浦 千夏	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HUKKIN 16:50～17:05 梶浦 千夏				
スタートFit ～ダイエット～15 17:10～17:25 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
ストレッチ20 17:35～17:55 梶浦 千夏				
	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 アップデート	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	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
エアロ1 13:10～13:50 かおる 予約 有料	ピックルボール 13:15～14:15			キッズスイム パーソナル 13:25～14:25
【MOVE BODY】POWER45 14:05～14:50 澤木 陽向 予約	キッズスタジオ パーソナル 14:25～15:10			
【MOVE BODY】FIGHT45 15:10～15:55 杉本 隆 予約 アップデート	キッズスタジオ パーソナル 15:15～16:00			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 16:15～17:00 藤崎 英代 予約 アップデート	【MOVE BODY】SHAPE30 16:15～16:45 榊 梨乃 予約			
UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 有料クラス30 17:15～17:45 藤崎 英代 有料 予約	NEW Ageless Martial20 17:05～17:25 石場 咲			
	スタートFit ～カラダリセット～20 17:35～17:55 石場 咲			