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 太田

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

■ 休館日 ■ 祝日

[営業時間] 平日 10:00～23:00
土曜 9:00～21:00
日祝 9:00～19:00
[T E L] 0276-60-2651
[休 館 日] 毎週水曜

・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
- 気功60 10:25～11:25 あゆみ [予約]
- 【MOVE BODY】POWER30 11:45～12:15 青柳 瀬奈 [予約]
- 基礎DAN!30 12:40～13:10 丹羽 萌歌 [予約]
- NEW 【MOVE BODY】DANCE30 13:25～13:55 丹羽 萌歌 [予約] [アップデート]
- ヨガ45 14:10～14:55 SAYAKO [予約]
- キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30
- 【MOVE BODY】POWER30 19:00～19:30 高橋 隼人 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT30 19:45～20:15 榎本 宏樹 [予約] [アップデート]
- エアロ2 20:30～21:20 井上 裕史 [予約]

Bスタジオ
- NEW Ageless Martial30 10:55～11:25 [予約]
- エオラ・カピリナ・フラ 11:40～12:40 あゆみ [予約]
- 有料 エオラ・カピリナ・フラ 13:05～14:05 あゆみ [有料] [予約]
- キッズ ストリートダンス 16:30～17:30
- キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ 17:30～18:30
- ZUMBA 19:15～20:00 Yooko [予約]
- NEW 【MOVE BODY】DANCE45 20:25～21:10 田島 拓樹 [予約] [アップデート]
- NEW 限界HUKKIN 21:25～21:40

ジム
- マシン ～上半身～ 19:00～19:20
- マシン ～下半身～ 19:20～19:40
- ストレッチ 19:40～20:00
- スタートFit ～動けるカラダ～15 20:10～20:25
- スタートFit ～おなか引き締め～20 20:35～20:55

プール
- ベビースイミング 45 11:00～11:45
- アクア ダンス30 11:45～12:15 丹羽 萌歌
- フィンコース 12:45～13:30
- スイミングサークル ※最小遂行人数5名 13:30～14:30
- キッズスイミング 15:30～16:30
- キッズスイミング 16:30～17:30
- キッズスイミング 17:30～18:30
- キッズスイミング 18:40～19:40

火曜日

Aスタジオ
- 太極拳60 10:20～11:20 山田 純子 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT30 11:35～12:05 青柳 瀬奈 [予約] [アップデート]
- ヨガ45 12:25～13:10 中島 和美 [予約]
- キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30
- NEW Ageless Martial30 19:00～19:30 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT45 19:45～20:30 石川 直人 [予約] [アップデート]
- オリジナル ジャズ45 20:45～21:30 RINGO [予約]

Bスタジオ
- スタートFit ～ストレッチ～ 10:55～11:10
- はじめて ジャズダンス 11:30～12:00 井基 奈々絵 [予約]
- オリジナル ジャズ ダンス60 12:15～13:15 井基 奈々絵 [有料] [予約]
- キッズ 空手 16:30～17:30
- キッズ 空手 17:30～18:30
- ヨガ45 19:00～19:45 RINGO [予約]
- FREEDOM FLOW 20:00～20:30 RINGO [予約]
- 限界SQUAT 21:00～21:15

ジム
- スタートFit ～動けるカラダ～15 19:10～19:25
- スタートFit ～ダイエット～20 19:35～19:55
- マシン ～上半身～ 20:00～20:20
- マシン ～下半身～ 20:20～20:40
- ストレッチ 20:40～21:00

プール
- ベビースイミング 45 11:00～11:45
- 有料 成人 スイミング スクール 13:15～14:00 加賀谷 絵美 [予約]
- スイミングサークル ※最小遂行人数5名 14:05～14:50
- キッズスイミング 15:30～16:30
- キッズスイミング 16:30～17:30
- キッズスイミング 17:30～18:30
- キッズスイミング 18:40～19:40

水曜日

休館日

木曜日

Aスタジオ
- ヨガ45 10:30～11:15 初谷 眞理 [予約]
- 健康エール30 11:35～12:05 榎本 宏樹 [予約]
- オリジナル Dance Fit45 12:25～13:10 のる [予約]
- 【MOVE BODY】POWER45 13:35～14:20 石川 直人 [予約]
- キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30
- 【MOVE BODY】SHAPE30 19:00～19:30 木下 晴生 [予約]
- 【MOVE BODY】POWER45 19:50～20:35 高橋 隼人 [予約]

Bスタジオ
- 免疫ケア体操 10:55～11:15
- 骨フローヨガ60 11:35～12:35 初谷 眞理 [有料] [予約]
- 【MOVE BODY】CONDITION30 12:55～13:25 高尾 早央里 [予約]
- キッズ ストリートダンス 16:30～17:30
- キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ 17:30～18:30
- NEW Ageless Mobi30 19:00～19:30 高橋 隼人 [予約]
- NEW Ageless Martial30 19:45～20:15 [予約]
- ヨガ45 20:30～21:15 野口 礼子 [予約]

ジム
- セミパーソナル 19:00～19:30
- セミパーソナル 19:30～20:00
- スタートFit ～動けるカラダ～15 20:10～20:25
- スタートFit ～おなか引き締め～20 20:35～20:55

プール
- ベビースイミング 45 11:00～11:45
- スイミングサークル ※最小遂行人数5名 12:20～13:05
- 平泳ぎ30 13:05～13:35 加賀谷 絵美 [予約] [整理券]
- 成人 スイミング スクール 13:45～14:30 加賀谷 絵美 [有料] [予約]
- キッズスイミング 15:30～16:30
- キッズスイミング 16:30～17:30
- キッズスイミング 17:30～18:30
- キッズスイミング 18:40～19:40
- クロール30 20:15～20:45 小島 郁哉

金曜日

Aスタジオ
- アロマヨガ 10:30～11:15 中島 和美 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT45 11:55～12:40 青柳 瀬奈 [予約] [アップデート]
- ZUMBA 13:00～13:45 Yooko [予約]
- オリジナル SALSATION 14:05～14:50 ZIN [予約]
- キッズ 体育のミカタ キッズ 15:30～16:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 16:30～17:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 17:30～18:30
- 【MOVE BODY】DANCE30 19:00～19:30 丹羽 萌歌 [予約] [アップデート]
- POWER FLOW PILATES30 19:45～20:15 丹羽 萌歌 [予約]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 20:30～21:15 丹羽 萌歌 [予約] [アップデート]

Bスタジオ
- NEW Ageless Martial30 11:10～11:40 [予約]
- 健康エール30 12:00～12:30 石川 直人 [予約]
- 基礎DAN!30 12:50～13:20 丹羽 萌歌 [予約]
- MAT PILATES45 13:40～14:25 丹羽 萌歌 [予約]
- キッズダンス キッズ60 15:30～16:30
- キッズダンス ジュニア 16:30～17:30
- キッズダンス ジュニアⅡ 17:30～18:30
- エアロ1 19:15～19:55 高橋 良子 [予約]
- ZUMBA 20:10～20:55 高橋 良子 [予約]

ジム
- スタートFit ～動けるカラダ～15 18:10～18:25
- スタートFit ～ダイエット～20 19:35～19:55
- マシン ～上半身～ 20:00～20:20
- マシン ～下半身～ 20:20～20:40
- ストレッチ 20:40～21:00

プール
- クロール30 10:30～11:00 松田 明子 [整理券]
- 成人 スイミング スクール 11:10～11:55 松田 明子 [有料] [予約]
- NEW 【MOVE BODY】AQUA30 12:10～12:40 榎本 宏樹 [整理券]
- はじめて スイム30 13:00～13:30 小島 郁哉 [整理券]
- 背泳ぎ入門20 13:35～13:55 小島 郁哉 [整理券]
- キッズスイミング 15:30～16:30
- キッズスイミング 16:30～17:30
- キッズスイミング 17:30～18:30
- キッズスイミング 18:40～19:40

土曜日

Aスタジオ
- キッズ 体育のミカタ キッズ 9:30～10:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 10:30～11:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 11:30～12:30
- 【MOVE BODY】POWER45 12:55～13:40 榎本 宏樹 [予約]
- 【MOVE BODY】DANCE45 14:00～14:45 丹羽 萌歌 [予約] [アップデート]
- HIPHOP45 15:00～15:45 鈴木 晃子 [予約]
- エアロ1 16:05～16:45 倉持 七海 [予約]
- ステップ1 17:05～17:45 倉持 七海 [予約]
- HATHA YOGA ディープ ブレス フロウ45 18:05～18:50 丹羽 萌歌 [予約]

Bスタジオ
- キッズチアダンス キッズ 10:00～11:00
- キッズチアダンス ジュニアⅠ 11:00～12:00
- キッズチアダンス ジュニアⅡ60 12:00～13:00
- 【MOVE BODY】CONDITION30 13:15～13:45 丹羽 萌歌 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT30 14:05～14:35 榎本 宏樹 [予約] [アップデート]
- カラダほぐす YOGA30 15:00～15:30 丹羽 萌歌 [予約]
- キッズ ストリートダンス ジュニアⅠ60 16:00～17:00
- キッズ ストリートダンス ジュニアⅡ60 17:00～18:00

ジム
- スタートFit ～おなか引き締め～15 10:15～10:30
- スタートFit ～ストレッチ～ 10:40～10:55

プール
- キッズスイミング 10:00～11:00
- キッズスイミング 11:00～12:00
- キッズスイミング 12:00～13:00
- キッズスイミング 13:00～14:00
- キッズスイミング 14:00～15:00
- キッズスイミング 15:00～16:00
- キッズスイミング 16:00～17:00
- キッズスイミング 17:00～18:00
- フィンコース 18:30～20:30

日曜日

Aスタジオ
- キッズ 体育のミカタ キッズ 9:30～10:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅠ 10:30～11:30
- キッズ 体育のミカタ ジュニアⅡ 11:30～12:30
- ヨガ45 12:55～13:40 野口 礼子 [予約]
- 【MOVE BODY】SHAPE30 14:00～14:30 高橋 隼人 [予約]
- NEW Ageless Martial30 14:50～15:20 [予約]
- 【MOVE BODY】FIGHT45 15:40～16:25 荒井 晃哉 [予約] [アップデート]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE30 16:45～17:15 丹羽 萌歌 [予約] [アップデート]
- UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE 有料クラス30 17:25～17:55 丹羽 萌歌 [有料] [予約]

Bスタジオ
- ピックルボール 9:15～10:15 [有料] [予約]
- ピックルボール 10:15～11:15 [有料] [予約]
- エオラ・カピリナ・フラ 11:30～12:30 あゆみ [予約]
- エアロ1 12:55～13:35 丹羽 萌歌 [予約]
- Ageless Mobi30 13:55～14:25 丹羽 萌歌 [予約]
- MAT PILATES30 14:45～15:15 丹羽 萌歌 [予約]
- SPARTAN CIRCUIT30 15:35～16:05 堀江 秀明 [予約]

プール
- ベビースイミング ビギナー・アドバンス 9:30～10:15
- キッズスイミング 10:00～11:00
- キッズスイミング 11:00～12:00
- キッズスイミング 12:00～13:00
- キッズスイミング 13:00～14:00
- キッズスイミング 14:00～15:00
- キッズスイミング 15:00～16:00
- キッズスイミング 16:00～17:00
- キッズスイミング 17:00～18:00