



[お問い合わせ先]

0569-34-9932

〒479-8501 常滑市新開町 4 丁目 111 (ポートレースとこなめ横)
最寄り駅：コミュニティーバスグルーン ポートレースとこなめ徒歩1分

イベント情報とご予約は下記から

Gruun公式
InstagramGruunイベント
予約サイト

Event Calendar

2026年10月

営業時間 8:30～17:00

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1 スタジオ運動プログラム サッカー スクール	2 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび 卓球クラブ	3 最速を目指せ！ 20m測定会！	4 ドキドキ！ ハロウィン制作
5 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび サッカー スクール	6 スタジオ運動プログラム Gruun保育園 体験 バランス トレーニング	7 スタジオ運動プログラム ステップ！ ジャンプ！ バレータイム！	8 スタジオ運動プログラム リラックス ヨガ サッカー スクール	9 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび 卓球クラブ	10 Gruun5周年 アニバーサリー マーケット 事前説明会	11 Gruun5周年 アニバーサリー マーケット 事前説明会
12 スタジオ運動プログラム 世代を超えて楽しもう！ モルック&ポッチャ体験	13 スタジオ運動プログラム バランス トレーニング	14 Gruun 休園日	15 スタジオ運動プログラム サッカー スクール	16 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび 卓球クラブ	17 とこマルシェ	18 とこマルシェ
19 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび サッカー スクール	20 スタジオ運動プログラム Gruun保育園 体験 バランス トレーニング	21 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび	22 スタジオ運動プログラム リラックス ヨガ サッカー スクール	23 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび 卓球クラブ	24 とこフェス	25 とこフェス
26 スタジオ運動プログラム 親子でわくわく 制作遊び サッカー スクール	27 スタジオ運動プログラム Gruun保育園 体験 バランス トレーニング	28 スタジオ運動プログラム 1st Birthday Party	29 スタジオ運動プログラム サッカー スクール	30 スタジオ運動プログラム 親子で からだあそび 英語DE 読み聞かせ 卓球クラブ	31 日本福祉大学 連携イベント ※大学生が企画した 遊びが登場！ 思いっきり楽しもう	

各イベントの詳細情報は中面、
または予約サイトをご覧ください。23日頃より予約開始

● 今月のイベント

イベント詳細やご予約は [グルーンとこなめ予約](#) [検索](#)

第2・第4
(月)

親子でわくわく
制作遊び

時 間 10:00~10:45

場 所 パークスタジオ

対象年齢 未就園児

参加費用 500円

予約



毎週 (火)

バランストレーニング

時 間 10:50~11:20

場 所 パークスタジオ

対象年齢 大人

参加費用 無料

予約



第2・第4
(木)

リラックスヨガ

時 間 9:50~10:40

場 所 パークスタジオ

対象年齢 大人

参加費用 500円

予約



3 (土)

最速を目指せ！
20m測定会！

時 間 10:00~16:00

場 所 芝生広場

対象年齢 だれでも

参加費用 無料

事前予約不要！
当日の飛び入り参加大歓迎！
光電管を使うので
正確なタイムが計測されます！
自分の速さを測ってみよう！

4 (日)

ドキドキ！
ハロウィン製作

時 間 11:00~16:00

場 所 Gruun施設内

対象年齢 だれでも

参加費用 無料

事前予約不要！
当日の飛び込み参加大歓迎！
何を作るかは当日のお楽しみ！
たくさんのご参加お待ちしております！

12 (祝月)

世代を超えて楽しもう！
モルック&ボッチャ体験

時 間 10:00~16:00

場 所 Gruun施設内

対象年齢 だれでも

参加費用 無料

事前予約不要！
当日の飛び入り参加大歓迎！
人気急上昇中の2種目！
一度やったら夢中になること間違いなし！
ぜひこの機会に体験してみてください！

毎週

月・水・金 親子でからだあそび

火 Gruun保育園体験

月・木 サッカースクール

時 間 9:50~10:20

場 所 スタジオ内

対象年齢 2歳 (未就園児)

参加費用 無料

10:00~10:30 Gruun園内 幼児 無料

15:50~16:50 ゲームフィールド 月曜…1~3年生 木曜…幼児 500円

予約



※除外日あり。予約サイトをご確認ください。

● 今月のスタジオ運動プログラム

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
09:00							
09:30							
10:00							
10:30					10:30~11:00 バレトン		
11:00	11:00~11:30 ピラティス		11:00~11:30 バレトン	11:00~11:30 骨格リセット エクササイズ	11:00~11:30 骨格と頭のヨガ		
11:30	11:30~12:00 バレトン	11:30~12:00 ベシクエアロ	11:30~12:00 バランス コーディネーション		11:30~12:00 パワーヨガ		
12:00	12:00~12:30 ヨガ	12:00~12:30 ほぐし エクササイズ	12:00~12:30 フローヨガ	11:45~12:30 ピラティス45	12:00~12:30 ほぐし エクササイズ		
12:30	12:30~13:00 からだすっきり ストレッチ	12:30~13:15 ヨガ		12:30~13:00 ヨガ			
13:00	13:00~13:30 カラダうごく		13:00~13:30 フラダンス			10:00~16:00 スタジオ開放	10:00~16:00 スタジオ開放
13:30	13:30~14:00 骨盤と頭のヨガ	13:15~14:00 バレトン45	13:30~14:00 ピラティス	13:30~14:10 シェイプエアロ			
14:00		14:00~14:30 リフレッシュヨガ	14:00~14:30 シェイプエアロ				
14:30			14:30~15:00 ヨガ	14:30~15:10 ZUMBA			
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							

* イベント開催により
スタジオ開放が行えない
お日にちもございます。

スタジオ運動プログラムは
定員制のため事前予約が
必要となります。右記予約
サイトより事前予約のうえ、
ご参加ください。

事前予約は
こちらから



予約開始日	予約可能枠
毎月23日 10:00~	翌月1日~15日
毎月10日 10:00~	当月16日~末日

スタジオ内のスクリーンを見ながら、 ご自身のペースで運動ができます。	ビデオレッスン ライブレッスン	参加料：無料 / 定員：15名
インストラクターの動きに 合わせながら、運動ができます。	無料レッスン 有料レッスン	参加料：無料 / 定員：20名 参加料：500円 / 定員：20名

※当日現地支払い ※現金支払い不可