祝日プログラムスケジュール

TIME	7月22日（木）		
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10：00	【　10：00　OPEN　】		
11：00	サーキットトレーニング 11：45～12：30 影山	フラダンス 10：30～11：15 山崎（歩）	アクアビクス 11：00～11：30 桑山
12：00			
13：00	エアロビクス初級 13：00～13：45 山崎（貴）		
14：00			
15：00			
16：00	ASAHI KIDS. キッズダンススクール 16：00～18：10	ASAHI KIDS. ジュニア体育スクール 15：45～19：00	ASAHI KIDS. ジュニアスイミングスクール 15：15～19：30 ご利用頂けます （コース制限あり）
17：00			
18：00			
	【　ジム・プール　18：45　CLOSE　】	【　施設　19：00　CLOSE　】	

asahi SPORTS CLUB

朝日スポーツクラブ［BIG-S 愛西］

祝日プログラムスケジュール

TIME	7月23日（金）		
	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
10：00	【　10：00　OPEN　】		
11：00	エアロボード初級 10：30～11：15 住田		
12：00		アクティブヨガ 11：45～12：30 住田	
13：00	BAILA BAILA 13：00～13：45 小笠原		
14：00	ピラティス 14：15～15：00 中村		
15：00		ASAHI KIDS. ジュニア体育スクール 15：45～19：00 ご利用頂けます （コース制限あり）	ASAHI KIDS. ジュニアスイミングスクール 15：15～19：30 ご利用頂けます （コース制限あり）
16：00	ASAHI KIDS. キッズチアスクール 17：10～18：10		
17：00			
18：00			
	【　ジム・プール　18：45　CLOSE　】		【　施設　19：00　CLOSE　】

asahi SPORTS CLUB

朝日スポーツクラブ［BIG-S 愛西］