

朝日スポーツクラブ [BIG-S東川口] タイムスケジュール

2021年2月8日～

	月			水			木			金			土			日			
	Bスタジオ	プール	多目的	Bスタジオ	プール	多目的	Bスタジオ	プール	多目的	Bスタジオ	プール	多目的	Bスタジオ	プール	多目的	Bスタジオ	プール	多目的	
9:30																			
10:00	モーニングストレッチ 10:00~10:15			モーニングストレッチ 10:00~10:15			モーニングストレッチ 10:00~10:15			モーニングストレッチ 10:00~10:15			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 8:30~11:45			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 8:30~11:45			
11:00	エアロボード入門 横田 11:00~11:45		フリータイム 10:00~21:00	エアロボード初級 横田 11:15~12:00		フリータイム 10:00~15:00	エアロビクス初級 高木 11:00~11:45		フリータイム 10:00~21:00	CENTERGY 横田 11:15~12:00		フリータイム 10:00~15:00	エアロビクス初級 猪原 12:15~13:00		フリータイム 10:00~21:00	エアロビクス初級 山口 10:45~11:30		フリータイム 10:00~18:00	
12:00	機能改善体操 山口 12:15~13:00			エアロボード初級 横田 12:30~13:15			ヘルシーヨガ 中村 12:15~13:00			ヘルシーヨガ 中村 12:15~13:00			トータルボディメイク Kana 12:30~13:15			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 13:00~14:15			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 13:00~14:00
13:00	ASAHI KIDS. アクアベイクラブ (コース制限有) ZUMBA 山岸 13:30~14:15			ASAHI KIDS. アクアベイクラブ (コース制限有) ヘルシーヨガ 熊田 13:45~14:30			ASAHI KIDS. アクアベイクラブ (コース制限有) ヘルシーヨガ 熊田 13:45~14:30			CENTERGY 内田 13:30~14:15			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 13:00~14:15			ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 13:00~14:15			
14:00																			
15:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		
16:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		
17:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		
18:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:40	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 15:00~18:30		
19:00	CENTERGY 内田 19:15~20:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 19:00~20:00		トータルボディメイク Kana 19:15~20:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 19:00~20:00		ZUMBA 山岸 19:15~20:00	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング 19:00~20:00		ヘルシーヨガ 田村 19:15~20:00			ヘルシーヨガ 竹内 18:30~19:15						
20:00																			
21:00																			
22:00																			



朝日スポーツクラブ [BIG-S 東川口]

緊急事態宣言延長にともない2月8日(月)以降の営業時間を22時までにすることを決定いたしました。
営業時間の変更にとまらぬ20時以降のレッスンは時間変更などにさせていただきます。
ご理解、ご協力の程よろしくお願いたします。
※今後の状況により、対応を変更させていただく場合がございます。

※整理券はプログラム開始60分前に、ジム内配布場所にてお配り致します。定員24名
※レッスン開始10分前よりスタジオに入場いただけます。
※レッスン開始後、10分以降の入場はご遠慮ください。
※スタジオレッスン参加時も必ずマスクを着用してください。
※その他、担当者の指示に従ってください。
※担当者の都合によりレッスンが休校になる場合がございます。予めご了承ください。