

2021年5月～ プログラムスケジュール

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

TIME	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	TIME
9:00													レンタルスタジオ 9:00～10:00 (予約制)	ASAHI KIDS					9:00
10:00	ワイルドアタック 佐藤(裕) 10:00～10:30		テニス フリータイム 9:15～12:45	健康バー 横手 9:45～10:15	有料プログラム アクア スクール 10:00～11:00	フリータイム 9:15～12:45 (予約制)	ヘルシーヨガ 村橋 10:00～10:30							ジュニア スイミング スクール 8:30～11:45					10:00
11:00	アクティブヨガ 須崎 11:00～11:30			エアロビクス入門 田中(恵) 10:45～11:15										ご利用 いただけます。 (コース制限あり)					11:00
12:00	エアロビクス初級 箕輪 12:00～12:30			有料プログラム エアロビクス 中村 11:45～12:30			スムーシングストレッチ 笠井 11:30～12:00												12:00
13:00																			13:00
14:00		有料プログラム アクア スクール 14:00～15:00		バランス調整ヨガ 大塚 13:00～13:30			ボールピラティス 大久保(美) 12:30～13:00		ASAHI KIDS アクアベビークラブ 13:00～14:00 ご利用いただけます。 (コース制限あり)										14:00
15:00	レンタルスタジオ 15:00～16:00 (予約制)	ASAHI KIDS	テニス フリータイム 14:15～18:00	エアロビクス初級 山口(満) 14:00～14:30					ヒップホップ入門 seiichiro 14:00～14:30					有料プログラム アクア スクール 14:00～15:00					15:00
16:00		ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30		有料プログラム 太極拳 池田 15:40～17:00 ※途中、5分間の換気の時間を 設けて頂きます。	ASAHI KIDS ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30	フリータイム 14:15～19:45 (予約制)	レンタルスタジオ 15:00～17:00 (予約制)	ASAHI KIDS ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30					ASAHI KIDS						16:00
17:00	卓球サークル 16:30～17:30 (登録制)	15:15～16:15 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			15:15～16:15 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			15:15～16:15 ご利用 いただけます。 (コース制限あり)					卓球サークル 16:00～17:00 (登録制)	ジュニア スイミング スクール 15:15～18:30					17:00
18:00	卓球フリータイム 17:30～18:30 ご利用 いただけません。	16:15～18:30 ご利用 いただけません。			16:15～18:30 ご利用 いただけません。			16:15～18:30 ご利用 いただけません。					卓球フリータイム 17:00～18:00 ご利用 いただけません。						18:00
19:00				レンタルスタジオ 18:00～19:00 (予約制)			ASAHI KIDS 空手スクール 17:50～18:50						レンタルスタジオ 18:30～19:30 (予約制)		フリータイム 18:30～19:30 (予約制)				19:00
20:00	エアロボード初級 後藤 20:00～20:30	フィン フリータイム 20:00～20:30	テニス フリータイム 20:00～22:00	エアロビクス初級 清水 20:00～20:30	ヌードル フリータイム 20:00～20:30		adidas boxing 柳井 20:00～20:30	ヌードル フリータイム 20:00～20:30					ヘルシーヨガ 中村 20:00～20:30	ヌードル フリータイム 20:00～20:30					20:00
21:00	レンタルスタジオ 21:00～22:00 (予約制)	ヌードル フリータイム 20:45～21:15			フィン フリータイム 20:45～21:15								ZUMBA 木村 21:00～21:30	フィン フリータイム 20:45～21:15					21:00
22:00		バドル フリータイム 21:30～22:00		レンタルスタジオ 21:00～22:00 (予約制)	バドル フリータイム 21:30～22:00		レンタルスタジオ 21:00～22:00 (予約制)	有料プログラム アクア スクール 21:00～22:00						バドル フリータイム 21:30～22:00					22:00

緊急事態宣言発令等により、プログラムが変更になる場合がございます。
ご理解、ご協力の程よろしく願います。

プログラムの途中参加について

レッスン開始時間までにご参加ください。
レッスン開始後10分を経過してからのご参加は、
他の会員様にご迷惑となりますのでご注意ください。
ご理解とご協力をお願いいたします。

整理券・参加者台帳について

レッスンに参加するにあたり整理券が必要となります。
整理券は、プログラム開始1時間前にジムカウンターにて
配布いたします。ご本人様限りお1人様1枚と
させていただきます。
また、整理券を取る際に、参加者台帳に会員番号のご記入も
お願いいたします。

定員について

Aスタジオの定員は24名とさせていただきます。

*参加人数によっては、次のスケジュール編成時に
担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます
場合がございます。

*天候によっては、多目的コートのご利用時間が変更となる
場合がございます。
予めご了承ください。



朝日スポーツクラブ (B10-5 南東校)