

2026年4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																			9:00	
10:00	ワイルドアタック 佐藤(裕) 10:00~10:30	有料プログラム スキルアップ スクール 前島 10:00~11:00		スムーザングストレッチ 田中 9:50~10:20	有料プログラム アクア スクール 10:00~11:00		ヘルシーヨガ 村橋 9:50~10:20	定員45名 アクアピクス 松田(珠) 10:30~11:00		モーニングストレッチ 渡邊 9:45~10:00	たすきバンド購入必須 たすきバンドベーシック 清水(希) 10:20~10:40		レンタルスタジオ 9:00~10:00 (予約制)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 8:30~11:45	フリータイム	ASAHI KIDS. 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 佐藤(裕) 11:00~11:30	有料プログラム パーソナル レッスン 前島 11:15~12:30		エアロピクス入門 田中 10:40~11:10			たすきバンド購入必須 たすきバンドベーシック 榎 10:50~11:10	有料プログラム パーソナル レッスン 丹司 11:10~13:00						ご利用 いただけます。 (コース制限あり)	フリータイム	ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			11:00	
12:00	エアロピクス初中級 箕輪 12:00~12:45			有料プログラム エアロピクス 中村 11:30~12:30			スムーザングストレッチ 笠井 11:30~12:00	ご利用いただけます (コース制限あり)							9:15~13:00 (予約制)				12:00	
13:00	スタイリッシュヨガ 村橋 13:15~14:00			リセットヨガ 大塚 12:50~13:35			ポールピラティス 大久保(美) 12:30~13:15	ASAHI KIDS. アクアバビークラブ 13:00~14:00 ご利用いただけます。 (コース制限あり)						定員45名 アクアピクス 佐藤(和) 12:45~13:15					13:00	
14:00		有料プログラム アクア スクール 14:00~15:00	テニス フリータイム	エアロピクス初級 山口(満) 14:00~14:45			ヒップホップ入門 seiichiro 14:00~14:30							エアロボード初級 後藤 12:50~13:20					14:00	
15:00	卓球サークル 14:30~16:00 (登録制)	ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 15:15~18:30	9:15~22:00		ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 15:15~18:30		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						卓球サークル 14:30~16:00 (登録制)						15:00
16:00	卓球フリータイム 16:00~17:00			有料プログラム 太極拳 池田 15:45~17:00				ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 15:15~18:30						ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 15:15~18:30						16:00
17:00		ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			ご利用 いただけます。 (コース制限あり)			ASAHI KIDS. 空手スクール 17:50~18:50						卓球フリータイム 16:00~17:00						17:00
18:00	レンタルスタジオ 17:30~18:30 (予約制)			レンタルスタジオ 18:00~19:00 (予約制)										ASAHI KIDS. ジュニア スイミング スクール 15:15~18:30						18:00
19:00														レンタルスタジオ 17:00~21:00 (予約制)						19:00
20:00	ヒップホップ入門 吉原 20:00~20:45	フィン フリータイム 20:00~20:30		ZUMBA 木村 20:00~20:45	ヌードル フリータイム 20:00~20:30		フィットボクシング 青木 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 21:15~22:00 (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		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 20:00~22:00												21:00
22:00		バドミントン フリータイム 21:30~22:00			バドミントン フリータイム 21:30~22:00															22:00


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分を超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遠慮ください。
 ご理解とご協力をお願いいたします。

整理券について
 レッスンに参加するにあたり整理券が必要となるプログラムがございます。
 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。

定員について
 Aスタジオの定員は48名とさせていただきます。
 健康バーの定員は28名とさせていただきます。
 アクアピクスの定員は45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。

たすきバンドについて
 たすきバンドベーシックに参加する際は、たすきバンド(フロントにて
 販売)の購入が必要になります。


 ASAHI SPORTS CLUB
春日スポーツクラブ(株) 代表取締役