

江南店 4月暫定版スケジュール

	月曜日					火曜日					水曜日					金曜日					土曜日					日曜日									
	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB	ASTAGJO	BSTAGJO	ジム	プールA	プールB					
10:00																																			
15																																			
30	エアロ1 筋トレなし 10:25~11:05 かおる	【有料オジジナル】 SALSATION 10:20~11:20 後藤 清美 【予約】					スタートFR ～輪転機がターゲ→20 10:20~10:40 飯後 日和				エアロ1 筋トレなし 10:30~11:10 K A O R I 【予約】	親子で楽しむ 運動あそび 10:15~11:15				ヨガ60 10:15~11:15 古任 亜佐美 【予約】	ステップ1.5 10:25~11:10 高井 尚 【予約】				HULA HULA 10:25~11:10 KUMI 【予約】	キッズバレエ 10:00~11:00				キッズスイミング 10:05~11:05				キッズスイミング 10:05~11:05					
45																																			
11:00							健康エール30 10:55~11:25 飯後 日和 【予約】																												
15																																			
30	[MOVE BODY] DANCE30 11:25~11:55 かおる 【予約】																																		
45																																			
12:00							骨盤リズム ダイエット45 11:40~12:25 K A O R I 【予約】																												
15																																			
30	ZUMBA 12:15~13:00 中川 拓郎 【予約】																																		
45																																			
13:00																																			
15																																			
30	ステップ1 13:20~14:00 KUMI 【予約】																																		
45																																			
14:00																																			
15																																			
30	[MOVE BODY] CONDITION45 14:15~15:00 KUMI 【予約】																																		
45																																			
15:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
16:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
17:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
18:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
19:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
20:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
21:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
22:00																																			
15																																			
30																																			
45																																			
23:00																																			

4月新プログラム・・・ プログラム変更・・・

時間/担当者変更・・・ 変更箇所が
青文字