

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									
	ASTAスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB	ASTAスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB	ASTAスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB	ASTAスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB	ASTAスタジオ	Bスタジオ	ジム	プールA	プールB	ASTAスタジオ	Bスタジオ	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 【予約】	【有料オアシナル】 SALSATION 10:20~11:20 後藤 清美 【予約】				ヨガ60 10:20~11:20 K A O R I 【予約】	スタートFit ～輪転機がターゲター 10:20~10:40 飯塚 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			初級スイムスクール 10:30~11:30 大森 真理子 【有料】	ヨガ60 10:15~11:15 吉住 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】	キッズバレー 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																																			
15																																			
30	[MOVE BODY] DANCE30 11:25~11:55 かおる 【予約】																																		
45																																			
12:00																																			
15																																			
30	ZUMBA 12:15~13:00 中川 拓郎 【予約】	[MOVE BODY] POWER30 12:35~13:05 高橋 智博 【予約】																																	
45																																			
13:00																																			
15																																			
30	ステップ1 13:20~14:00 KUMI 【予約】	[MOVE BODY] FIGHT30 13:20~13:50 高橋 智博 【予約】																																	
45																																			
14:00																																			
15																																			
30	[MOVE BODY] CONDITION45 14:15~15:00 KUMI 【予約】	【有料オアシナル】 ヨガ60 14:05~15:05 吉住 亜佐美 【有料】																																	
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/担当変更・・・ 変更箇所が  
青文字