

9月22日(火) 秋分の日

レッスンスケジュール **AVAS SPORTS CLUB**

営業時間 10:00~19:00

	スタジオ		プール	
	A	B		
10:00			定員36名	10:00
10:30		10:25-10:55 ラテンファン 角川 真美子 定員18名	10:10-10:40 アクア30 高橋 彩子	3 10:30
11:00	10:30-11:00 Fコンディショニング シェフ 公乃 定員25名		10:45-12:45 成人 スイミング スクール	3 11:00
11:30				
12:00	11:50-12:20 コンビネーションエアロLow シェフ 公乃 定員25名	11:40-12:10 ボティックアストレッチ 堀江 尊子 定員18名		12:00
12:30				12:30
13:00		12:50-13:20 ストリートダンス 稲木 順子 定員18名	13:00-13:30 プライベートレッスン(有料)	4 13:00
13:30	13:15-13:45 コンビネーションステップ 樋口 陽子 定員18名		13:30-14:00 プライベートレッスン(有料)	3 13:30
14:00				14:00
14:30	14:30-15:00 コンビネーションエアロLow 樋口 陽子 定員25名	14:15-14:45 ボティックア 藤田 麻里 定員18名	14:15-15:00 アクアサーキット45 高橋 彩子 定員36名	3 14:30
15:00				15:00
15:30		15:15-15:45 ピラティスヨガ 萩原 万里 定員18名	15:15-18:30 キッズ スイミング スクール	2 15:30
16:00				
16:30	16:10-16:40 パワーヨガ 萩原 万里 定員25名	16:05-16:35 ベリーダンス 谷口 文華 定員18名		16:30
17:00				17:00
17:30				17:30
18:00				18:00
18:30				18:30
19:00				19:00

◇ご利用可能会員種別 : オールアクセス、レギュラー、ホリデー、ファミリー、
テイクタイム、スチューデント会員

◇祝日の開館時間は『9:55』、施設ご利用は『10:00~』、閉館時間は『19:00』です。