



…変更箇所

NEW  
…初心者向けのレッスン

…新設レッスン

ホームページ <http://www.aeonsportsclub.jp/>

TEL: 04-7122-7100



月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日			
スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	スタジオ	ジム	プール	
9:30~10:00 リズム・スタート クラモチ			9:30~10:00 ZUMBA なお			9:30~10:10 エアロ40 ベーシック マスノ			9:30~10:00 エアロ30 ソフト タカハシ			9:30~10:15 ZUMBA カワベ			9:50~10:30 エアロ40 ベーシック イシイ					9:30~10:30 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)	
		10:15~11:00 アクアピクス イシイ						10:15~10:45 水中ウォーキング オガワ			10:15~10:45 ショートアクア オオモリ				10:15~10:45 ショートアクア オオモリ			10:30~11:15 エアロ45 ロー ノムラ			10:30~11:30 1コース使用 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)
10:30~11:15 リトモス クラモチ			10:30~11:15 エアロ45 ロー なお			10:40~11:25 エアロ45 ミドル マスノ			10:30~11:15 エアロ45 ミドル タカハシ			10:45~11:25 エアロ40 ベーシック カワベ			11:00~11:45 エアロ45 ミドル イシイ						11:30~12:30 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)
														11:30~12:00 ショートアクア オオシマ							11:45~12:15 水中ウォーキング コダマ
11:45~12:15 ポールストレッチ シュトウ			11:45~12:30 バランス コンディショニング クリハラ			11:55~12:40 ヨガ ソメヤ			11:45~12:30 リトモス オクノ												12:30~13:30 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)
																					13:00~14:00 キッズスイミング 特別体験レッスン
13:10~13:40 ファイドウ オオモリ			13:15~13:45 ポールストレッチ シュトウ			13:15~14:00 ステップ45 なお	定員 24名		13:15~14:00 ほぐすヨガ マルヤマ			13:15~13:45 オキシジェノ オオモリ			13:30~14:15 バレトン yoko						13:30~14:30 1コース使用 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)
		14:15~14:45 ショートアクア オオモリ										14:15~14:45 プライベートレッスン (有料)									14:30~15:00 ファイドウ オオシマ
14:10~14:55 ヨガ フルヤマ			14:15~15:00 エアロ45 ミドル アジリ			14:30~15:10 エアロ40 ベーシック なお			14:30~15:15 エアロ45 ミドル マルヤマ			15:00~15:45 アクアピクス クリハラ			14:45~15:30 ZUMBA ホシ						15:30~16:00 オキシジェノ オオモリ
																					16:00~17:00 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)
15:25~16:10 エアロ45 ミドル マスノ			15:30~16:00 エアロ30 ソフト アジリ																		16:00~17:00 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)
		16:00~17:00 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)																			16:00~17:00 キッズスイミング スクール (ケンダガーデン)
16:40~17:25 フラダンス サワノ		17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)	16:45~17:45 キッズダンス スクール (キッズクラス)			17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)			17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)			17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)			17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)						16:15~16:45 ショートアクア オオシマ
		2コース使用	17:45~18:45 キッズダンス スクール (ジュニアクラス)			2コース使用			18:00~19:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)			2コース使用			2コース使用						16:30~17:15 エアロ45 ミドル タカハシ
																					17:00~18:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)
																					17:45~18:45 キッズダンス スクール (合同クラス)
																					18:15~18:45 プライベートレッスン (有料)
19:10~19:55 エアロ45 ミドル クラモチ			19:20~20:00 HIP-HOP NATSUMI			19:15~20:00 エアロ45 ロー オオエ			19:20~20:05 バランス コンディショニング ヨガ クリハラ			19:30~20:00 X55 オオシマ			19:30~20:15 ZUMBA マスノ						18:00~19:00 キッズスイミング スクール (エレメンタリー)
																					19:15~19:45 プライベートレッスン (有料)
20:30~21:15 ヨガ フルヤマ			20:30~21:15 ファイドウ45 オオシマ			20:30~21:15 カーディオキック ボクシング タカモリ			20:40~21:25 リトモス クラモチ			20:30~21:15 ピラティス yoko			20:45~21:30 エアロ45 ミドル マスノ						19:30~20:15 ZUMBA マスノ

《8月の休館日》  
4日 14日 15日 24日  
夏季休業・年末年始

\*予定のインストラクター・レッスン内容等は、都合により変更になる場合がございます。予めご了承くださいませ。