

【7月】イオンスポーツクラブ 栃木 コロナウイルス終息までの特別レッスンプログラム

変更箇所
初心者向けのレッスン

NEW 新設レッスン

ホームページ <http://www.aeonsportsclub.jp/>
TEL: 0282-24-7889



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 レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ	スタジオ レッスン	プール レッスン&エクササイズ		
		web予約		web予約		web予約		web予約		web予約					
web予約		9:40~10:30 ベルビックスストレッチ 岡本		9:35~10:15 オキシジェノ 吉田		web予約		9:30~10:20 ベルビックスストレッチ 岡本		web予約		web予約			
10:20~11:00 エアロ40 ロー 武市	10:30~11:00 アクアピクス30 前橋	web予約	10:30~11:00 アクアピクス30 大島	web予約	10:30~11:00 アクアピクス30 田中	10:30~11:20 ピラティス 阿部	10:30~11:00 アクアピクス30 小林	web予約	10:30~11:00 アクアピクス30 前橋	10:00~10:35 ステップ(中級) 武市	10:00~10:30 アクアピクス30 田中	9:20~11:30 キッズ ダンス	9:20~9:50 アクアピクス30 田中		
web予約	11:15~11:45 水中ウォーキング 前橋	11:00~11:40 ヨガティス 重		10:45~11:25 ZUMBA 永島	11:15~11:45 水中ウォーキング 田中			10:50~11:40 美姿勢ヨガ 重	有料	11:05~11:55 エアロ50テクニク 武市				9:50~12:20 スイミング スクール	
11:30~12:10 ヨガ 青木	12:00~13:00 エクササイズタイム	12:10~12:40 ファイト730 大島	12:00~13:00 エクササイズタイム	12:00~12:40 ヨガ 永島	12:00~13:00 エクササイズタイム	11:50~12:30 ポルトブラ 阿部	12:00~13:00 エクササイズタイム		12:15~12:45 メガダンス30 前橋		11:50~12:40 成人水泳クラス 成澤				
web予約	12:00~13:00 エクササイズタイム ツール&フィン		12:00~13:00 エクササイズタイム ツール&フィン		12:00~13:00 エクササイズタイム ツール&フィン						12:30~13:20 ストレッチヨガ 青木				
13:10~14:00 エアロ50 テクニク 武市	13:10~13:40 水中ウォーキング 大島		13:10~13:40 アクアピクス30 小林	13:10~13:40 ファイトウ30 田中	13:10~13:40 水中ウォーキング 前橋	13:00~13:50 エアロ50 テクニク 永島	13:10~13:40 アクアピクス30 田中	13:15~14:00 ポールストレッチ 前橋				12:15~18:00 スイミング スクール ※コース制限 があります。	12:30~13:15 バラエティレッスン 週替わり	12:30~13:30 エクササイズタイム ツール&フィン	
	13:50~14:20 初めてクロール 大島	13:50~14:30 エアロ40 ロー 吉田	14:00~15:00 エクササイズタイム ツール&フィン	14:10~14:50 ストレッチヨガ 青木	13:50~14:20 アクアピクス30 前橋	web予約	13:50~14:20 初めてクロール 田中		13:45~14:15 アクアピクス30 大森					13:45~14:35 リフレッシュヨガ 村上	
14:30~15:20 フィットネスプラ 黒川	14:30~15:15 エクササイズタイム ツール&フィン					14:20~15:00 ピラティス 篠原	14:30~15:15 エクササイズタイム ツール&フィン		14:30~15:15 エクササイズタイム ツール&フィン						
15:50~16:25 ステップ(初級) 篠崎	15:15~19:00 スイミング スクール	15:00~15:50 ヨガ SATOMI	15:15~19:00 スイミング スクール	15:30~18:30 新体操 スクール	15:15~19:00 スイミング スクール	15:30~18:30 新体操 スクール	15:15~19:00 スイミング スクール	15:30~18:30 新体操 スクール	15:15~19:00 スイミング スクール	14:15~18:30 新体操 スクール					
	※コース制限 があります。		※コース制限 があります。		※コース制限 があります。	毎月最終週は、 ポルトブラを 実施いたします。	※コース制限 があります。		※コース制限 があります。						
19:30~20:20 ピラティス 重	19:45~20:30 エクササイズタイム ツール&フィン		19:30~20:30 エクササイズタイム ツール&フィン	19:00~19:45 ファイトウ45 大島	19:30~20:30 エクササイズタイム ツール&フィン	19:00~19:40 エアロ40 武市	19:30~20:10 エクササイズタイム ツール&フィン	19:00~19:40 オキシジェノ40 吉田	NEW 19:30~20:00 水中ウォーキング スタッフ	19:00~19:50 ヘルビックスストレッチ 岡本	19:30~20:30 エクササイズタイム ツール&フィン		19:00~19:40 お楽しみレッスン スタッフ		
20:50~21:30 お楽しみレッスン スタッフ	20:40~21:30 成人水泳クラス 成澤	21:00~21:40 ヨガ 深澤	20:45~21:15 アクアピクス30 大森	20:15~21:00 エアロ45 川田		20:15~21:00 ファイトウ45 田中	20:15~20:45 水中ウォーキング スタッフ	20:10~20:50 ZUMBA 吉田	20:15~20:45 アクアピクス30 大島	20:20~21:00 メガダンス40 前橋					
	有料			21:30~22:00 ポルトストレッチ 橋本 NEW				21:20~22:05 X55 大島							

ご参加いただいた方との間隔を確保するため、各レッスン定員制を設けております。スタジオレッスン...25名 アクアピクス30...33名
 ※レッスンweb予約について web予約 マークのレッスンは予約が必要となります。1週間前から予約が出来ます。当日はレッスン開始1時間前にフロントで配布いたします。(先着順)
 web予約枠15名、当日10名となります。3FITアプリよりご予約下さい。

23:00