AT SPORTS CLUB
大人レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日	
9:00								9:00
10:00		スアイヨガ 10:00～11:00 MINAKO		エアリアルヨガ 10:00～11:00 MAYA	KAQILA 10:00～11:00 一筆　里美		SALSATION 10:00～11:00 JUNKO	10:00
11:00								11:00
		SALSATION 11:15～12:15 MINAKO		エアリアルヨガ 11:15～12:15 MAYA	スリングヨガ 11:15～12:15 一筆　里美			
12:00								12:00
13:00								13:00
14:00						BODYJAM 14:15～15:15 追鳥　孝史		14:00
15:00								15:00
16:00								16:00
17:00								17:00
18:00								18:00
19:00		BODYBALANCE 19:15～20:15 一筆　里美	スアイヨガ 19:15～20:15 MINAKO					19:00
20:00								20:00
		BODYCOMBAT 20:30～21:30 一筆　里美	SALSATION 20:30～21:30 MINAKO	BODYJAM 20:30～21:30 追鳥　孝史				
21:00								21:00
22:00								22:00

☆レッスンは随時増設予定！！☆