

2018年4月

アリススポーツクラブ レッスンスケジュール

Main schedule table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 土, 日) and rows for time slots (9:30 OPEN to 22:00). Each cell contains lesson details like 'ヨガ', 'フラダンス', 'ZUMBA', '太極拳', etc., along with instructor names and class numbers.

印は初心者でも安心に参加できるクラスです

19:00 CLOSE
月～木曜 9:30～22:30
土曜 9:30～21:00
日曜・祝日 9:30～19:00
金曜 休館日
(ジム・プール利用は閉館15分前)
TEL 03-5942-8180

21:00 CLOSE