

# ZIP麻生・夏期特別スタジオタイムテーブル

7月24日(土)～8月2日(月)、及び8月10日(火)～8月12日(木)の間、通常レッスンがお休みのため、期間中は下記の日程で特別タイムテーブルを実施いたします。

月日(曜日)	営業時間	レッスン名・レッスン時間・担当者											
7月24日(土)	10:00～21:00	10:30～11:10 シンプルエアロ	古市	11:20～11:50 ダンベルエクササイズ	古市	12:00～13:00 ダンスJAM	ジン						
7月25日(日)	10:00～19:00	12:20～13:20 J. POPフィットネス60	SATOMI	13:30～14:20 キックボクササイズ	SATOMI								
7月26日(月)	10:00～23:00	12:30～13:10 シンプルエアロ	古市	13:20～14:00 ファットバーニング	古市	19:15～19:55 シンプルエアロ	片岡	20:00～20:50 パワーエアロ50	片岡				
7月27日(火)	10:00～23:00	12:30～13:10 シンプルエアロ	北川	13:20～14:20 あへあほウンドー	しもの	19:15～20:00 ボディヒーリング45	LES MILLS 大森	20:20～21:20 ボディコンバット	LES MILLS 大森				
7月28日(水)	10:00～23:00	12:30～13:10 シンプルエアロ	西	13:20～13:50 バリエーションエアロ30	西	19:10～19:50 シンプルエアロ	きよの	20:00～21:00 アロマヨガ	田中	20:10～21:00 ZUMBA	きよの		
7月29日(木)	10:00～23:00	10:20～11:05 ステップEX45	藤田	11:20～11:50 ボディヒーリングショート	LES MILLS 藤田	10:15～11:15 背骨コンディショニング	NEW!! 片岡	12:10～12:40 ボディコンバットショート	LES MILLS 藤田	12:00～13:00 丹田エクササイズ	神		
		19:10～20:00 ZUMBAトーニング	太田	20:10～21:00 キックボクササイズ	似鳥								
7月30日(金)	10:00～23:00	12:30～13:00 やさしいヒップホップ	SATOMI	13:15～13:45 シェイプボクシング	SATOMI	19:15～19:45 ボディヒーリングショート	LES MILLS 浜口	20:00～20:45 ボディコンバット45	LES MILLS 大森	20:00～21:00 ヨガ	森山		
7月31日(土)	10:00～21:00	12:30～13:10 シンプルエアロ	古市	13:20～13:50 ダンベルエクササイズ	古市								
8月1日(日)	10:00～19:00	13:00～13:40 シンプルエアロ	山森	13:50～14:30 バリエーションエアロ	山森								
8月2日(月)	10:00～23:00	12:30～13:10 シンプルエアロ	水野	13:20～14:00 ファットバーニング	水野	12:30～13:30 太極拳	似鳥	19:10～20:00 J. POPフィットネス	SATOMI	20:10～21:00 キックボクササイズ	SATOMI		
8月10日(火)	10:00～23:00	10:15～11:15 ヨガ	堀	11:25～11:55 シンプルエアロ30	北川	12:05～12:45 バリエーションエアロ	北川	19:15～20:00 ボディヒーリング45	LES MILLS 浜口	20:10～21:00 キックボクササイズ50	似鳥		
8月11日(水)	10:00～23:00	10:15～11:15 ピラティス	太田	11:20～12:00 シンプルエアロ	西	12:05～12:35 バリエーションエアロ30	西	19:10～20:00 シンプルエアロ	きよの	20:00～21:00 アロマヨガ	田中		
8月12日(木)	10:00～23:00	10:20～10:50 ソフトエアロ	SATOMI	11:00～11:50 やさしいヒップホップ50	SATOMI	10:15～11:15 ヨガ	前澤	12:00～13:00 丹田エクササイズ	神	19:10～20:00 ZUMBAトーニング	太田	20:10～21:00 シェイプボクシング50	似鳥

※都合により、変更になる場合がございますのでご了承下さい。