

ZIP平岸・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。みなさまのご参加をお待ちしております。

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	12:00～12:40 シンプルエアロ	太田	12:50～13:50 ピラティス&ボール	太田	14:00～15:00 ZUMBA	太田	15:10～15:40 ボディヒーリングショート	LES MILLS 浜口	15:50～16:20 ボディコンバットショート	LES MILLS 藤田	16:30～17:00 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷		
7月25日(日)	10:00～19:00	11:00～11:50 シンプルエアロ50	赤城	12:00～12:40 ファットバーニング	赤城										
休館日															
7月27日(火)	10:00～23:00	10:20～11:00 シニアフィットネス50	SATOMI	11:10～12:00 J. POPフィットネス	SATOMI	19:05～19:55 パワーエアロ50	古市	20:10～、20:45～ ヨガ初級→中級	本間	20:10～20:40 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	20:50～21:10 コアトレーニング	前谷		
7月28日(水)	10:00～23:00	11:10～11:50 パワーエアロ	古市	11:55～12:25 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	12:30～12:50 コアトレーニング20	前谷	19:20～19:50 ソフトエアロ	西	20:00～20:50 パワーエアロ50	西				
7月29日(木)	10:00～23:00	10:20～11:00 体質改善エクササイズ	chiko	11:10～11:30 コアトレーニング20	LES MILLS 前谷	11:45～12:15 ボディアタックショート	前谷	19:00～19:20 コアトレーニング	前谷	19:30～20:00 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	20:10～21:00 ZUMBA	赤城		
7月30日(金)	10:00～23:00	11:10～11:40 ソフトエアロ30	北川	11:50～12:30 シンプルエアロ	北川	19:10～20:00 ファットバーニング	片岡	19:15～20:00 ボディヒーリング45	LES MILLS 藤田	20:20～20:50 ボディコンバットショート	LES MILLS 藤田	20:15～20:5 初級ステップエアロ	片岡		
7月31日(土)	10:00～21:00	11:10～11:40 シンプルエアロ30	太田	11:50～12:50 ZUMBA	太田	16:25～17:10 ボディヒーリング45	LES MILLS 藤田	17:20～17:50 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	18:00～19:00 ボディコンバット	LES MILLS 大森				
8月1日(日)	10:00～19:00	夏祭り☆We Love Dance♪				☆イベント		ヌンチャクイベント 15:00～							
8月10日(火)	10:00～23:00	10:20～11:00 健康体操	岡村	11:10～11:50 シンプルエアロ	岡村	12:00～12:20 コアトレーニング20	前谷	12:30～13:00 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	19:05～19:55 パワーエアロ50	古市	20:10～、20:45～ ヨガ初級→中級	本間	20:10～20:40 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷
8月11日(水)	10:00～23:00	10:20～11:00 シンプルエアロ	古市	11:10～11:50 パワーエアロ	古市	12:00～12:50 バリエーション50	山森	19:20～19:50 ソフトエアロ	西	20:00～20:50 パワーエアロ50	西				
8月12日(木)	10:00～23:00	10:20～11:00 体質改善エクササイズ	chiko	11:20～11:40 コアトレーニング20	前谷	11:50～12:20 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	19:00～19:30 ボディアタックショート	LES MILLS 前谷	19:40～20:30 J. POPフィットネス	SATOMI	20:40～21:30 キックボクササイズ	SATOMI		

※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。