

2018 Zip 琴似 GW特別タイムテーブル (4/29~5/5)

	4/29(日)	4/30(月)	5/1(火)	5/2(水)	5/3(木)	5/4(金)	5/5(土)	5/6(日)	
	◆昭和の日◆	◆スクール休み◆	◆スクール休み◆	◆スクール休み◆	◆憲法記念日◆	◆みどりの日◆	◆こどもの日◆	◆通常営業◆	
	【営業時間】 10:00-19:00 【ジム・プール】 10:00-18:00 【浴室・サウナ】 11:00-18:30	全館休館日	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-19:00 【ジム・プール】 10:00-18:00 【浴室・サウナ】 11:00-18:30				
	スタジオ		スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	
10	太極舞 10:20-11:10 太田	休館日	かんたんエアロ 10:20-11:10 尻ミッターふじお	ステップエアロ 10:20-11:00 片岡	ヨガ 10:20-11:20 宮島		ファンエアロ 10:30-11:20 笠松	太極舞 10:20-11:10 太田	
11	ZUMBA 11:20-12:10 太田		かんたん筋トレ 11:20-11:50 尻ミッターふじお	ZUMBA 11:10-11:50 片岡		ファンクショナル トレーニング 11:40-12:10 GYM	あへあほウンドー & 足裏マッサージ 11:10-12:00 なおさん	ZUMBA 11:30-12:20 笠松	ZUMBA 11:20-12:10 太田
12	リズムピクス 12:30-13:00 太田		ヨガ 12:00-13:00 太田	こしらく体操 12:00-13:00 宏樹		ファット バーニング50 & コンディショニング 12:20-13:20 西	ヤムナボディ コンディショニング 12:10-13:00 小笠原		リズムピクス 1F教室 12:30-13:00 太田
13			バレエ エクササイズ 13:10-14:10 奥泉	ヨガ & リンパマッサージ 13:10-14:10 酒井				ファンクショナル トレーニング 13:00-13:30 GYM	ファット バーニング 50 12:20-13:10 西
14	シンプルステップ 14:00-14:40 水野					パワーヨガ 13:30-14:30 松本			ソフトエアロ30 13:20-13:50 西
15	シンプルエアロ 14:50-15:30 水野			エアロボクシング 19:10-20:00 尻ミッターふじお	HIT 19:20-19:50 GYM				シンプルステップ 14:00-14:40 水野
16	和みヨガ 15:40-16:40 松本			ファット バーニング50 & コンディショニング 20:10-21:10 西					シンプルエアロ 14:50-15:30 水野
17				格闘技サークル (参加自由) 21:15-22:00	キックボクササイズ 21:00-21:50 似鳥				和みヨガ 15:40-16:40 松本

ご注意
レッスン及び担当者は
予告なく変更する
場合があります。