

2020年 夏期特別タイムテーブル
(7/20~7/31)

	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)	7/23(木)	7/24(金)		7/25(土)	7/26(日)		7/27(月)	7/28(火)	7/29(水)	7/30(木)	7/31(金)
	◆振替営業◆	◆通常営業◆	◆通常営業◆	◆スクール休み◆	◆代替えスクール◆		◆代替えスクール◆	◆通常営業◆		◆振替営業◆	◆代替えスクール◆	◆代替えスクール◆	◆代替えスクール◆	◆代替えスクール◆
	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【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	【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		【営業時間】 10:00-20:00 【ジム・プール】 10:00-19:00 【浴室・サウナ】 11:00-19:30	【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		【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30	【営業時間】 10:00-22:00 【ジム・プール】 10:00-21:00 【浴室・サウナ】 11:00-21:30
	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		スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10		かんたんエアロ 10:20-11:00 尻ミッターふじお	ステップ エアロビクス 10:20-11:00 片岡			10 10		太極舞 10:20-11:00 太田	10		かんたんエアロ 10:20-11:00 尻ミッターふじお	ステップ エアロビクス 10:20-11:00 片岡		
11		かんたん筋トレ 11:20-11:50 尻ミッターふじお	ZUMBA 11:20-12:00 片岡	背骨 コンディショニング 11:00-11:45 片岡	あへあほウンダー &足裏マッサージ 11:20-12:05 なおさん	11 11	ZUMBA 11:30-12:15 笠松	ZUMBA 11:20-12:00 太田	11	かんたん筋トレ 11:20-11:50 尻ミッターふじお	ZUMBA 11:20-12:00 片岡	バトン エクササイズ 11:35-12:15 村上	あへあほウンダー &足裏マッサージ 11:20-12:05 なおさん	11
12		ヨガ 12:10-12:55 矢崎	ヨガ&リンパ マッサージ 12:25-13:10 酒井	ZUMBA 12:05-12:50 片岡	バトン エクササイズ 12:30-12:10 村上	12 12	ヤムナボディ コンディショニング 12:40-13:25 海沼	ファット バーニング40 12:20-13:00 西	12	ヨガ 12:10-12:55 矢崎	ヨガ&リンパ マッサージ 12:25-13:10 酒井	ファット バーニング45 12:35-13:20 西	横浜 フリーチャチャ 12:25-13:10 RIKIYA	12
13		バレエ エクササイズ 13:15-14:00 奥泉			和みヨガ 13:30-14:15 繭美	13 13		ソフトエアロ30 13:20-13:50 西	13	バレエ エクササイズ 13:15-14:00 奥泉			和みヨガ 13:30-14:15 繭美	13
14						14 14		シンプルステップ 14:10-14:40 水野	14					
18				祝日につき 短縮営業	祝日につき 短縮営業	18 17		シンプルエアロ 15:00-15:40 水野	15					
19		ファット バーニング 19:20-20:05 西	HIT 19:20-19:50 GYM	【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	【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	19 18		和みヨガ 16:00-16:45 繭美	16	ファット バーニング 19:20-20:05 西	HIT 19:20-19:50 GYM	チャレンジ トレーニング 19:20-19:50 GYM	ZUMBA 19:10-19:55 太田	19
20		キックEX30 20:25-21:00 似鳥	ダンスJAM 20:10-20:55 Tomo	海の日	スポーツ の日	20 19			17	キックEX30 20:25-21:00 似鳥	ダンスJAM 20:10-20:55 Tomo		ベーシックヨガ 20:15-21:00 酒井	20

営業時間短縮のため、ジム・プールのご利用は 10:00-21:00迄となります。
スタジオ12名定員につき、整理券を開始20分前からジムカウンターにて配布致します。