

Zip平岸 2021年 GW特別タイムテーブル

	4/27(火)	4/28(水)	4/29(木)	4/30(金)		5/1(土)	5/2(日)		5/3(月)	5/4(火)	5/5(水)
	営業時間 10:00-22:00 ジム10:00-21:30 プール10:00-21:00	営業時間 10:00-22:00 ジム10:00-21:30 プール10:00-21:00	営業時間 10:00-19:00 ジム10:00-18:30 プール10:00-18:00	営業時間 10:00-22:00 ジム10:00-21:30 プール10:00-21:00		営業時間 10:00-20:00 ジム10:00-19:30 プール10:00-19:00	営業時間 10:00-19:00 ジム10:00-18:30 プール10:00-18:00			営業時間 10:00-19:00 ジム10:00-18:30 プール10:00-18:00	営業時間 10:00-19:00 ジム10:00-18:30 プール10:00-18:00
	B1F Bスタジオ	1F Aスタジオ	B1F Bスタジオ	1F Aスタジオ		B1F Bスタジオ	B1F Bスタジオ			B1F Bスタジオ	B1F Bスタジオ
10	あへあほ ウンドー 10:20-11:05 ツダ アヤコ	美bodyヨガ 10:20-11:05 Nozomi	ストレッチ&コア 10:20-10:50 深津 沙織	ヤムナボール コンディショニング 10:20-11:05 海沼 純	10 10	ZUMBA 10:20-11:05 太田 明博		10			
11	BODYPUMP45 11:25-12:10 深津 沙織	しっかり筋トレ 11:30-12:00 深津 沙織	かんたんエアロ 11:10-11:50 小杉 瑞季	B1F Bスタジオ BODYPUMP45 11:25-12:10 深津 沙織	11 11	シンプルエアロ 11:30-12:10 太田 明博	かんたんエアロ 11:30-12:10 フジオ	11			ボディアタック 11:00-12:00 TAKUYA
12	ZUMBA GOLD 12:30-13:15 AYA		MIIT 12:10-12:40 小杉 瑞季		12 12		ミット ボクシング 12:30-13:10 フジオ	12			ボディパンプ 12:30-13:30 KIMHIKO
13					13 13		ルーシーダットン 13:30-14:15 金谷 香純	13			
14		B1F Bスタジオ		B1F Bスタジオ	14 14			14		BODYATACK45 14:00-14:45 小杉 瑞季	ボディコンバット 14:00-15:00 TOSHIKI
19	BODYATACK30 19:20-19:50 小杉 瑞季	BODYATACK45 19:10-19:55 TAKUYA		BODY COMBAT 19:10-20:10 TOSHIKI	19 15	BODYPUMP 45 14:45-15:30 KIMHIKO		15			
20	BODYPUMP 45 20:15-21:00 岩手山 泰樹	BODYCOMBAT30 20:10-20:40 TAKUYA			20 16	BODY COMBAT45 15:45-16:30 KIMHIKO		16			
21	●スタジオは参加者の入場制限を設けております。(1階Aスタジオ:15名、地下Bスタジオ:20名) ●参加ご希望の方はジムカウンターにて、レッスン開始30分前に整理券を配布しますので、開始(スタジオ入室時)にIRへお渡し下さい。 ●レスミルズプログラム(ボディパンプ・ボディアタック・ボディコンバット)に関しては、スタッフより手渡しさせていただきますのでご了承下さい。 ●スタジオ内は常に換気させて頂いておりますので、室温によりウエア対応などお願い致します。										

休館日

