Zip麻生　2024GWタイムテーブル(4/30-5/5)
※5/7(火)～通常レッスン

4/30(火)
スクール休み

【営業時間】10：00-22：00
【プール】　10：00-21：00
【ジム】　10：00-21：30
【浴室・サウナ】11:00-21:45

1階＊Aスタジオ

- ピラティス YUKARI style 11:20-11:50 西　ゆかり

2階＊Bスタジオ

- 楽ちんエアロ 10:20-11:05 西　ゆかり
- ヨ　ガ 11:25-12:10 達田 有
- あへあほウンドー 12:30-13:15 しもの まさひろ

5/1(水)
スクール休み

【営業時間】10：00-22：00
【プール】　10：00-21：00
【ジム】　10：00-21：30
【浴室・サウナ】11:00-21:45

1階＊Aスタジオ

- サルセーション 11:20-12:20 太田 明博

2階＊Bスタジオ

- ZUMBA ステップ 10:20-11:05 太田 明博
- ベーシックエアロ 11:30-12:10 西 ゆかり
- ピラティス 12:25-13:10 西 ゆかり
- リラックスヨガ 20:05－20:50 酒井雅子

5/2(木)
スクール休み

【営業時間】10：00-22：00
【プール】　10：00-21：00
【ジム】　10：00-21：30
【浴室・サウナ】11:00-21:45

2階＊Bスタジオ

- ヨガ＆リンパマッサージ 10:15-11:00 酒井 雅子
- 横浜フリーチャチャ 11:20-12:05 RIKIYA

5/3(金)
祝日営業

【営業時間】10:00-19:00
【ジム・プール】10:00-18:30
【浴室・サウナ】11:00-18:45

2階＊Bスタジオ

- シンプルエアロ 10:30-11:10 福岡 永告子
- ダンスピラティス 11:30-12:00 福岡 永告子

5/4(土)
祝日営業

【営業時間】10:00-19:00
【ジム・プール】10:00-18:30
【浴室・サウナ】11:00-18:45

2階＊Bスタジオ

- ZUMBA 11:40-12:25 中保 ユカ

5/5(日)
祝日営業

【営業時間】10:00-19:00
【ジム・プール】10:00-18:30
【浴室・サウナ】11:00-18:45

2階＊Bスタジオ

- あへあほ脂肪燃焼 10:30-11:15 なおさん
- ゼロトレ 11:30-12:30 金谷 香純

NEW! 新しいレッスンです

初めての方でも安心してご参加いただけます

こちらのレッスンはタオルをご持参ください

こちらのレッスンはシューズが不要となります

レッスン内容や担当者は変更する場合があります，ご了承下さい。

Sports Club Zip Azabu
Tel 011-728-1212