

2026年 Zip平岸 GWスタジオタイムテーブル

4/29 (水)		4/30 (木)		5/1 (金)		5/2 (土)		5/3 (日)		5/4 (月)		5/5 (火)		5/6 (水)		
営業時間 10:00-19:00		営業時間 10:00-22:00		営業時間 10:00-22:00		営業時間 10:00-21:00		営業時間 10:00-19:00		営業時間 10:00-19:00		営業時間 10:00-19:00		営業時間 10:00-19:00		
Aスタジオ		Bスタジオ		Aスタジオ		Bスタジオ		Aスタジオ		Bスタジオ		Aスタジオ		Bスタジオ		
10			SOULダンス 10:20-11:20 ケイスケ		LES MILLE BODYCOMBAT45 10:20-11:05 深津 沙織		あへあほ ウन्दー 10:20-11:05 なおさん				ZUMBA 10:20-11:05 太田 明博					
							タヒチアンフィットネス 10:20-11:05 本間 佳麗									
11	ZUMBA 11:30-12:15 中保 ゆか		しっかり筋トレ &ストレッチ 11:30-12:15 深津 沙織		ピラティス 11:15-11:45 福田 愈		ZUMBA 11:30-12:15 後藤 玲奈		ヤムナボディ &フット 11:20-12:20 (定員10名) 小笠原 美穂		LES MILLE BODYPUMP 11:30-12:30 深津 沙織		かんたんエアロ 11:20-12:00 フジオ		ZUMBA 11:30-12:15 中保 ゆか	
											シンプルエアロ 11:30-12:10 太田 明博		パレエクスサイズ 11:30-12:15 AYA		しっかり筋トレ &ストレッチ 11:30-12:15 深津 沙織	
12											ミット ボクシング 12:10-12:50 フジオ					
											ゼロトレ60 13:30-14:30 金谷 香純		ZUMBA60 12:30-13:30 AYA		LES MILLE BODYPUMP45 12:30-13:15 深津 沙織	
13											タオル2枚お持ちください					
18	休館日								LES MILLE BODYPUMP 14:15-15:15 吉田 君義							
19			ヨガストレッチ 19:10-19:55 MANAMI						LES MILLE BODYCOMBAT 15:30-16:30 吉田 君義							
20			HIT&HIT 20:15-21:00 三浦						LES MILLE BODYPUMP 20:00-20:45 深津 沙織							
									ストレッチ30 16:45-17:15 吉田 君義							