

5月3日(火・祝)

憲法記念日

ZAVAS SPORTS CLUB DELTA

営業時間
10:00~19:00

祝日特別スケジュール

	インフォメーション	スタジオ		プール		
		1	2	メイン	ラグジュアリー	
10:30	【スペシャルプログラム】 15:00~ファイトアタック 担当:CSLive ファイトアタックの祝日特別 コラボレッスンです(録画)。 みんなでストレス発散しましょう! 【スタジオ定員について】 コロナウイルス感染拡大防止 のため、間隔をあけてレッスンを 行っております。 各スタジオの定員は下記の 通りとなります。 スタジオ1→54名 スタジオ2→30名	10:30 セルフボディ コンディショニング40 下田	10:30 ファイトアタック BEAT40 菅野	スキップ スクーリング	10:30 水土武気 小田	10:30
11:00					予 11:10 ミットシェイプ 小田	11:00
11:30						11:30
12:00			11:40 コンビネーション エアロ40 下田	11:50 ルーシー ダットン 永井	12:10 息継ぎ クロール 柱谷	12:00
12:30			12:40 シンプル エアロ40 四辻	13:00 セルフボディ コンディショニング40 永井	12:50 水泳部 (有料) 柱谷	12:30
13:00			13:35 ダイナミック エアロ (有料) 四辻	14:00 スムーズ ヒーリング 荒木	12:50 アクアサーキット 清	13:00
13:30					予 13:30 プールde骨盤調整 清	13:30
14:00						14:00
14:30						14:30
15:00			15:00 ファイトアタック (CSLive)	15:10 太極拳 下西		15:00
15:30					15:30	
16:00		16:00 ヨガ (CSLive)			16:00	
16:30					16:30	
17:00					17:00	
17:30		選手 トレーニング			17:30	
18:00					18:00	
18:30					18:30	

19:00閉館

デイトム、ナイト、ビジネスナイト会員の方は
1,100円(時間外利用料)でご利用いただけます。