

8月11日(木) 山の日

プログラムスケジュール **ZAVAS SPORTS CLUB**

営業時間 9:00~19:00

	スタジオ		プール	
	A	B		
9:00				9:00
9:30				9:30
10:00		10:00-10:40 シンプルステップ	10:05 - 10:35 アクアウォーク & ジョグ	3
10:30	10:30-11:10 ポテイクエストレッチ	角川 真美子 定員14名	10:45 - 12:45	
11:00	山仲 和巳 定員28名	10:55-12:05 STEP Sensational (有料)	成人 スイミング スクール	3
11:30		角川 真美子		
12:00	11:40-12:20 エアロサーキット			
12:30	山仲 和巳 定員28名			
13:00	12:50-13:30 ポテイメイクトレーニング	13:10-13:50 ファイトアタックBEAT CSLive REC	12:45-13:15 プライベートスイム	4
13:30	新田 悠貴 定員28名	定員18名	13:25-13:55 アクア30(ヌードル)	3
14:00	14:00-14:40 バレエエクササイズ		定員36名	
14:30	吉田 純子 定員24名		14:15-15:00 アクア45	3
15:00			韓 順亜 定員36名	
15:30	15:15-15:55 ヨガ	15:30 - 17:30	15:15 - 18:30	2
16:00	斉藤 英華 定員28名			
16:30	16:15-16:55 コンビネーションエアロLow	キッズ 体育 スクール	キッズ スイミング スクール	1
17:00	韓 順亜 定員28名			
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				19:00

◇ご利用可能会員種別 : オールアクセス、レギュラー、ホリデー、ファミリー、
テイクタイム、スチューデント会員

◇祝日の施設ご利用は『9:00~』、閉館時間は『19:00』です。