

# 5/3(金) 祝日プログラム 憲法記念日

ZAVAS SPORTS CLUB

ザバススポーツクラブ/藤が丘

	スタジオ		プール			
	A	B	25M	フリーコース	20M	
9:00						9:00
9:30						9:30
10:00	10:10~10:50					10:00
10:30	ファンクショナル コンティニュウイング	10:30~11:00			10:30~11:15	10:30
11:00	藤井	リズムキャンプ			アクアサーキット45	11:00
11:30	11:10~11:50	CSLive REC	11:15~13:15		根上	11:30
12:00	フィールピラティス	12:00~12:40	成人 スイミング スクール	4		12:00
12:30	金子	Lati Lati		3		12:30
13:00	12:20~13:00	CSLive REC				13:00
13:30	ボテイケアストレッチ		13:25~13:55	5		13:30
14:00	宗宮		初級スイムトレーニング			14:00
14:30	13:15~13:55		羽鳥 要予約15名			14:30
15:00	パワーヨガ		14:05~14:35	5		15:00
15:30	宗宮		中級スイムトレーニング			15:30
16:00	14:10~14:50		大久保 要予約15名			16:00
16:30	ファイトアタックBEAT	15:10~15:40	15:15~19:00		15:15~15:45	16:30
17:00	堤	X-CORE DANCING	キッズ スイミング スクール	4	アクアピクス30	17:00
17:30	15:10~15:50	CSLive REC		2	美山	17:30
18:00	シェイプパンプ					18:00
18:30	小西					18:30
19:00	16:15~17:45					19:00
	キッズダンススクール					
開館9時 閉館19時						
【ご利用いただける会員種別】						
オールアクセス・レギュラー・ファミリー・デイトタイム・ホリデー・スチューデント・アクアメイト・マンスリー4						