

5/6(月) 振替休日 祝日プログラム

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	10:00~10:40					10:00
10:30	ヨガ 金子		10:10~11:10 ベビースイミング スクール	4	10:30~11:15 アクアサーキット45	10:30
11:00	11:00~11:40 フィールピラティス 金子	10:50~11:30 CSLive Lati Lati				11:00
11:30		REC	11:15~13:15 成人 スイミング スクール	4	美山	11:30
12:00	12:00~12:40 ファイトアタックBEAT 石本	12:10~12:50 スムーズ&ヒーリング		3		12:00
12:30						12:30
13:00	13:10~13:50 シェイプパンブ 堤	CSLive REC				13:00
13:30			13:30~14:00 中級水泳 羽鳥 要予約15名	5		13:30
14:00	14:10~14:40 X-CORE TRAINING 堤		14:10~14:40 フィンスイム 大久保 要予約20名(貸し出し10名)	4		14:00
14:30						14:30
15:00					14:50~15:20 アクアピクス30	15:00
15:30	15:15~19:00	15:20~16:00 ポテイクアストレッチ 藤井 要予約20名	15:15~19:00	2	石本	15:30
16:00						16:00
16:30						16:30
17:00	キッズ 体育 スクール		キッズ スイミング スクール			17:00
17:30						17:30
18:00						18:00
18:30				2		18:30
19:00						19:00

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・テイクタイム・ホリデー・スチューデント・アクアメイト・マンスリー4