

7/21(月) 海の日祝日プログラム

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	9:00~9:45					9:00
9:30	キッズ体育 スクール		9:30~10:10			9:30
10:00	10:00~10:40		キッズスイミング スクール	4		10:00
10:30	ヨガ	10:10~10:40	10:10~11:10		10:30~11:15	10:30
	金子	X-CORE TRAINING	ベビースイミング スクール	3	アクアビクス45	
11:00	11:00~11:40	11:00~11:40				11:00
	フィールピラティス	ファイトアタックPRO	11:15~13:15		美山	11:30
11:30	金子	CSLive REC	成人 スイミング スクール	4		12:00
12:00	12:10~12:40	12:10~12:40				12:30
12:30	X-CORE DANCING	リズムライド		3		13:00
13:00	近藤	CSLive REC				13:30
13:30	13:00~13:40		13:30~14:00	5		14:00
	ポテイメイクトレーニング		中級水泳			14:30
14:00	近藤		濱岡			15:00
14:30	14:00~14:40	14:20~15:00	14:10~14:40	4	14:50~15:20	15:30
	ファイトアタックBEAT	スムーズ&ヒーリング	フィンスイム		アクアサーキット30	16:00
15:00	臺本	CSLive REC	大久保 要予約20名(貸し出し10名)			16:30
15:30	15:15~19:00	15:20~16:00	15:15~19:00	2	近藤	17:00
16:00		ポテイクアストレッチ				17:30
16:30		藤井				18:00
17:00	キッズ 体育 スクール		キッズ スイミング スクール			18:30
17:30				2		19:00
18:00						
18:30						
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・デイトタイム・ホリデー・スチューデント・アクアメイト・マンズリー4						