GWプログラムスケジュール

SAVAS SPORTS CLUB
ザバススポーツクラブ/鶴見
〒230-0062 横浜市鶴見区豊岡町9-11
telephone:045-574-2074
http://meijisp.jp

5/3(土) 憲法記念日

- 10:30(40分) ZUMBA® 白石 【定員42名】
- GWイベント 12:00(60分) シェイプバンプ(有料) 真栄田・横川 【定員30名】
- 13:20(60分) ファイトアタックBEAT(有料) 真栄田・横川 【定員42名】
- 15:00(40分) ヨガ 阿部 【定員42名】
- REC 9:45(40分) パワーヨガ CSLive 【定員20名】
- REC 11:45(40分) シンプルエアロ CSLive 【定員20名】
- 13:30(40分) ファンクショナルピラティス 大池 【定員20名】
- REC 15:00(30分) リズムライド CSLive 【定員6名】
- REC 16:15(40分) LatiLati CSLive 【定員20名】
- スイミングはじめて体験 4コースオープン
- 10:45(45分) アクア45 田中(智)
- 13:15(45分) アクア45(リング) 桜沢
- 15:45(45分) AC45 田中(智)

5/4(日) みどりの日

- キッズ体育スクール
- GWイベント 12:45(40分) ピフィラティス 安田 【定員30名】
- 13:50(40分) ZUMBA® 藤井 【定員42名】
- 14:55(40分) フィールピラティス 田中(智) 【定員42名】
- 16:10(40分) シンプルエアロ Low+筋トレ 岡島 【定員42名】
- REC 10:30(30分) エアロサーキット CSLive 【定員20名】
- GWイベント 11:35(50分) ピラティス 安田 【定員20名】
- 14:00(40分) シェイプバンプ 横川 【定員12名】
- REC 16:00(40分) ヨガ CSLive 【定員20名】
- スイミングはじめて体験 4コースオープン
- プール開放(有料)
- 10:40(30分) ウォーク&ジョグ 森
- 11:25(45分) アクア45 森
- 16:15(30分) ハイドロトレーニング30 田中(智)

5/5(月) こどもの日

- 9:45(30分) 健康体操 大池 【定員30名】
- 10:40(40分) フィールピラティス 大池 【定員42名】
- GWイベント 12:00(60分) IWAMI's ブードキャンプ(有料) 岩見 【定員42名】
- GWイベント 13:30(50分) パワーヨガ 関 【定員42名】
- キッズ体育スクール
- REC 10:00(30分) エアロサーキット CSLive 【定員20名】
- 11:30(40分) ヨガ 井上 【定員20名】
- 13:50(40分) ストリートダンス 岩田 【定員20名】
- REC 15:30(40分) LatiLati CSLive 【定員20名】
- スイミングはじめて体験 4コースオープン
- スイミングスクール
- 10:15(45分) アクア45 高橋
- 12:15(45分) AC45 田中(智)
- 13:30(30分) クロール 角和 2
- 15:15(45分) アクア45(リング) 美山 2 【定員20名】

5/6(火) 振替休日

- 10:30(40分) ZUMBA® 白石 【定員42名】
- 11:45(40分) パワーヨガ 白石 【定員42名】
- 13:00(30分) スモールボールFUN 田中 【定員30名】
- 14:15(40分) シンプルエアロ 関 【定員42名】
- 15:15(40分) ヨガ 関 【定員42名】
- REC 10:15(30分) SHISEI(ゆがみ) CSLive 【定員20名】
- GWイベント 11:30(60分) PILATES Flow(有料) 大池 【定員15名】
- REC 13:45(40分) シェイプバンプ CSLive 【定員12名】
- キッズダンススクール
- スイミングはじめて体験 4コースオープン
- スイミングスクール 1コースオープン
- スイミングスクール 4コースオープン
- 10:15(45分) AC45 田中(智)
- 12:30(30分) アクア30 桜沢
- 13:15(30分) ウォーク&トレーニング 桜沢
- 15:15(45分) アクア45 加藤 2 【定員20名】

営業時間 9:00～19:00

19:00 閉館 ※トレーニングエリア18:45まで

①旧デイタイム会員(火～土利用の方)
②デイタイム会員(月～金利用の方)
③ナイト会員の方
時間外利用料(3300円)でご利用頂けます。

①各プログラムは予告なしに、代行インストラクターに変更となる場合がございます。
②定員制のレッスンは、オンラインにて事前のご予約となります。
③都合によりレッスン時間が短縮される場合があります。予めご了承ください。