

ゆうぼうと世田谷レクセンター - 2026年05月 -

30日(土)、31日(日)は休館日です。

4日(月)、5日(火)、6日(水)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]: スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]: 別途参加費が必要です [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要でです [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日				
時刻	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	スタジオ	セッショングループ	ジム	曜日	
08:00			09:10(19分)ジムスモ/かんた ん館トレ				08:00								09:00(20分)クラフ農楽/ジ マイロキネシス	08:00									08:00	
08:30							08:30	08:40(10分)ヨガ・竹花	09:40(20分)クラフ農楽/ジ マイロキネシス	09:30(40分)CSLive/ Lat Lat			09:40(19分)ジムスモ/かん たん館トレ	09:30(40分)ZUMBA(R)・中道		08:30									08:30	
10:00							10:00								10:00(19分)ジムスモ/かん たん館トレ	10:00									10:00	
10:30	10:30(40分)ラテンフ ァン高取		10:20(40分)ピラティス 佐賀				10:30	10:30(40分)ZUMBA(R)・竹花					10:30(40分)ヨガ・高橋		10:30										10:30	
11:00							11:00																		11:00	
11:30							11:30	11:30(40分)コンディ ションエアロ・佐賀								11:30									11:30	
12:00							12:00									12:00									12:00	
12:30	12:30(40分)ピラティス 佐賀						12:30	12:35(40分)シェイパ ンフ・金秋								12:30									12:30	
13:00							13:00									13:00									13:00	
13:30	13:40(40分)CSLive/ ヨガ						13:30	13:25(30分)フィット アタックBEAT・金秋								13:30									13:30	
14:00							14:00									14:00									14:00	
14:30							14:30									14:30									14:30	
15:00							15:00									15:00									15:00	
15:30	15:30(150分)卓球(フ リー・開帳[予約])						15:30	15:30(180分)卓球(フ リー)・開帳								15:30									15:30	
16:00							16:00									16:00									16:00	
16:30							16:30									16:30									16:30	
17:00							17:00									17:00									17:00	
17:30							17:30									17:30									17:30	
18:00							18:00									18:00									18:00	
18:30							18:30									18:30									18:30	
18:50	18:50(30分)CSLive/ ZenYoga						18:50									18:50									18:50	
19:00							19:00									19:00									19:00	
19:30	19:40(40分)CSLive/ シェイパハンフ						19:30	19:30(40分)シェイパ ンフ・金秋								19:30									19:30	
20:00							20:00									20:00									20:00	
20:30							20:30									20:30									20:30	