

# 2020年 春期 特別タイムテーブル (3/23~4/4)

	3/23(月)	3/24(火)	3/25(水)	3/26(木)	3/27(金)	3/28(土)	3/29(日)	3/30(月)	3/31(火)	4/1(水)	4/2(木)	4/3(金)	4/4(土)
	◆短期スクール◆	◆短期スクール◆	◆短期スクール◆	◆短期スクール◆	◆短期スクール◆	◆短期スクール◆	◆スクール休み◆	◆休館日◆	◆短期スクール◆	◆代替スクール◆	◆代替スクール◆	◆代替スクール◆	◆代替スクール◆
	全館休館日	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-21:00 【ジム・プール】 10:00-20:00 【浴室・サウナ】 11:00-20:30	【営業時間】 10:00-19:00 【ジム・プール】 10:00-18:00 【浴室・サウナ】 11:00-18:30	全館休館日	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-23:00 【ジム・プール】 10:00-22:00 【浴室・サウナ】 11:00-22:30	【営業時間】 10:00-21:00 【ジム・プール】 10:00-20:00 【浴室・サウナ】 11:00-20:30
	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
10					太極拳 10:20-11:00 似鳥 1F 教室		太極舞 10:20-11:10 太田		かんたんエアロ 10:20-11:10 尻ミッターふじお	ステップ エアロピクス 10:20-11:00 片岡			
11				ヨガ 10:40-11:40 宮島 1F 教室	あへあほウンダー & 足裏マッサージ 11:10-12:00 なおさん	ZUMBA 11:30-12:20 笠松	ZUMBA 11:20-12:10 太田		かんたん筋トレ 11:20-11:50 尻ミッターふじお	ZUMBA 11:10-11:50 片岡	バトン エクササイズ 11:35-12:15 村上	あへあほウンダー & 足裏マッサージ 11:10-12:00 なおさん	ZUMBA 11:30-12:20 笠松
12				ファットバーニング50 & コンディショニング 12:20-13:20 西	横浜フリーチャチャ 12:10-13:00 RIKIYA	ヤムナボディ コンディショニング 12:40-13:40 海沼	リズム ピクス 12:30-13:00 1F 教室	ファット バーニング 50 12:20-13:10 西	ヨガ 12:00-13:00 矢崎	こしらく体操 12:00-12:45 宏樹	ファットバーニング50 & コンディショニング 12:20-13:20 西	横浜フリーチャチャ 12:10-13:00 RIKIYA	ヤムナボディ コンディショニング 12:40-13:40 海沼
13				パワーヨガ 13:30-14:30 松本	和みヨガ 13:10-14:10 松本		ソフトエアロ30 13:20-13:50 西		バレエ エクササイズ 13:10-14:10 奥泉	ヨガ&リンパ マッサージ 12:00-13:00 酒井	パワーヨガ 13:30-14:30 松本	和みヨガ 13:10-14:10 松本	
14							シンプルステップ 14:00-14:40 水野						
15							シンプルエアロ 14:50-15:30 水野						
19					ZUMBA 19:10-20:00 太田		和みヨガ 15:40-16:40 薮美		ファンクショナル トレーニング 19:20-19:50 GYM	HIIT 19:20-19:50 GYM	チャレンジ トレーニング 19:20-19:50 GYM	ZUMBA 19:10-20:00 太田	
20					ベーシックヨガ 20:10-21:10 酒井				ファット バーニング50 & コンディショニング 20:10-21:10 西	ダンスJAM 20:00-20:50 TOMO		ベーシックヨガ 20:10-21:10 酒井	
21										キックボックスEX 21:00-21:50 似鳥			

全館休館日

スクール休講期間

スクール休講期間

誰でも参加  
できます!

誰でも参加  
できます!

全館休館日