

2024年
4月

グループエクササイズタイムスケジュール

ティップネス 中野

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

■ 休館日 ■ 祝日

【営業時間】平日 9:30～23:00
土曜 9:30～22:00
日祝 9:30～20:00
TEL 03-3383-3531
休館日 毎週火曜

- 都合によりスケジュールや担当者は変更になる場合があります。
 - 祝日は特別スケジュールとなります。
 - 店舗別・プログラム別のタイムスケジュール、代行インストラクターの最新情報は施設内の掲示板もしくはiTIPNESSでご確認ください。
 - 「iTIPNESS」なら、最新ニュース・スケジュール確認・代行情報など便利な情報がいっぱい！
- PC・スマートフォン・ケータイから簡単に登録頂けます。ぜひご利用下さい！ <http://i.tipness.co.jp>



		月曜日				火曜日	水曜日				木曜日				金曜日				土曜日				日曜日				
		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	
09:00																											09:00
15																											15
30																											30
45																											45
10:00																											10:00
15																											15
30																											30
45																											45
11:00																											11:00
15																											15
30																											30
45																											45
12:00																											12:00
15																											15
30																											30
45																											45
13:00																											13:00
15																											15
30																											30
45																											45
14:00																											14:00
15																											15
30																											30
45																											45
15:00																											15:00
15																											15
30																											30
45																											45
16:00																											16:00
15																											15
30																											30
45																											45
17:00																											17:00
15																											15
30																											30
45																											45
18:00																											18:00
15																											15
30																											30
45																											45
19:00																											19:00
15																											15
30																											30
45																											45
20:00																											20:00
15																											15
30																											30
45																											45
21:00																											21:00
15																											15
30																											30
45																											45
22:00																											22:00
15																											15
30																											30
45																											45
23:00																											23:00

プール利用コースは、ホームページもしくは館内掲示をご確認ください。

休館日

レッスン 定員数

	Aスタジオ	Bスタジオ	アクア
アイテム未使用レッスン 青色マーキング	65	40	
アイテム使用レッスン 黄色マーキング	46	35	
MAENO STYLE STEP		24	
バレエ	36		
アクアピクススイム			33
スイム			20 (1コース10名)