

# 3月 ティップネス 鶴見

月	火	水	木	金	土	日
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	31					

■ 休館日 ■ 祝日

【営業時間】平日 9:30~23:00  
 土曜 8:00~22:00  
 日曜 8:00~20:00  
 祝日 9:30~20:00  
 [TEL] 045-508-2081  
 [休館日] 毎週木曜

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でご確認下さい。  
 ・「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！ <https://i.tipness.co.jp>



iTIPNESS

時間	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	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	プール	
08:30																													
09:00																													
10:00	ラテンダンス スクール45 9:50~10:35 Shun [有料] [予約]				BASE WALK45 10:00~10:45 浜口 奈月 [予約]	カラダほくす YOGA45 10:05~10:50 齊藤 朋子 [予約]			ノンストップ BAILA BAILA60 9:50~10:50 笠松 裕子 [予約]																				
11:00	やさしい ラテン 10:50~11:35 Shun [予約]	ヨガ60 10:20~11:20 窪田 みゆき [予約]		ベビースイミング 45 10:30~11:15																									
12:00	健康エール 45 11:50~12:35 中西 陽平 [予約]	ベリーダンス フィットネス 11:45~12:30 yoko [予約]			MAT PILATES45 11:05~11:50 浜口 奈月 [予約]	骨盤リズム ダイエット30 11:10~11:40 齊藤 朋子 [予約]																							
13:00																													
14:00																													
15:00																													
16:00																													
17:00																													
18:00																													
19:00																													
20:00																													
21:00																													
22:00																													
23:00																													

休館日