

祝日営業のお知らせ









2017年11月3日(金) 文化の日



営業時間 10:00~19:00

YSCスポーツクラブ横浜

(ジム・プール・スタジオの施設利用時間 18:30)

A スタジオ			
10:40~11:30	オリジナルエアロ 	村上 	エアロビクスに慣れた方むけのクラスです。 インストラクターのオリジナルメニューを存分にご堪能下さい。みんなでいい汗かきましょう。ジョギングあり!! (中級者向け 50分)
12:00~13:00	ヨガ	村上 	各種のポーズと呼吸法により心身のバランスを整えていきます。日頃の疲れを自然治癒力により回復させていきましょう!! (どなたでもご参加頂けます 60分)
13:15~14:05	ローインパクト 	小西 	エアロビクスに慣れてきた方むけのクラスです。 脚にかかる衝撃の少ないステップと伸び伸びと大きく身体使った動きでリフレッシュしましょう!! (初~中級者向け 50分)
14:30~15:30	ヨガ	福島 	各種のポーズと呼吸法により心身のバランスを整えていきます。日頃の疲れを自然治癒力により回復させていきましょう!! (どなたでもご参加頂けます 60分)
プール			
<p>終日フリースイムをお楽しみください!!</p> <p>= 今回の祝日は子供スイミングのイベントと通常レッスンがございます =</p> <p>(10:00~14:00 3コース 14:00~16:00 4コース 16:00以降は2コースご利用可能です)</p>			

紹介キャンペーンも好評実施中!!

スポーツクラブ横浜の会員特典 健康拡大企画

祝日営業日は会員同伴であれば、ご家族・ご友人(高校生以上)は
施設利用料540円のサービスを実施中!! この機会に是非、ご利用下さい。

☆ 祝日営業日は会員種類は関係なく 

当クラブ会員の方ならフルタイム無料で施設をご利用頂けます!!

YSC

ご家族、お友達も
誘ってご利用ください!!