

スポーツクラブ  
ルネサンス仙台長町南

2024年 10月▶12月  
0:00-10:00

映像プログラム  
専用スケジュール

Bスタジオ	月曜日	火曜日	水曜日	金曜日	土曜日	日曜日
0:00-0:30	MOSSA FIGHT	MOSSA GROOVE	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT	MOSSA GROOVE	MOSSA CENTERGY
0:40-1:10	MOSSA CENTERGY	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT	MOSSA GROOVE	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT
1:20-1:50						
2:00-2:30						
2:40-3:10						
3:20-3:50						
4:00-4:30						
4:40-5:10						
5:20-5:50						
6:00-6:30	MOSSA GROOVE	MOSSA FIGHT	MOSSA CENTERGY	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT	MOSSA CENTERGY
6:40-7:10	MOSSA BLAST	MOSSA CENTERGY	MOSSA GROOVE	MOSSA FIGHT	MOSSA CENTERGY	MOSSA GROOVE
7:20-7:50	MOSSA FIGHT	MOSSA GROOVE	MOSSA BLAST	MOSSA CENTERGY	MOSSA GROOVE	MOSSA BLAST
8:00-8:30	MOSSA CENTERGY		MOSSA FIGHT	MOSSA GROOVE	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT
8:40-9:10	MOSSA GROOVE		MOSSA CENTERGY	MOSSA BLAST	MOSSA FIGHT	MOSSA CENTERGY
9:20-9:50	MOSSA BLAST		MOSSA GROOVE	MOSSA FIGHT	MOSSA CENTERGY	MOSSA GROOVE

- 映像プログラムは途中入室、退室可能です。  
(通常プログラムは、途中入室、途中退室はご遠慮いただいております。)
- 通常営業時間外の映像プログラムは、セルフ利用時間ご契約の方のみご参加いただけます。
- 研修等で休講になる可能性がございます。館内告知・HP告知のご確認をお願いいたします。
- MOSSA CENTERGYはマットを使用するプログラムです。
- MOSSA BLASTはステップ台を使用するプログラムです。
- MOSSA BLAST、MOSSA FIGHT、MOSSA GROOVEは  
シューズの着用をお願いいたします。