

2020年9月22日(火・祝) 祝日プログラムタイムスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	プール
10:00				
10:20~10:50	エアロ30(中) 佐伯京子	10:30~11:00 温ボディメイクヨガ30 米山美樹		10:10~11:00 親子ベビースクール
11:00				
11:10~11:40	ステップ30 佐伯京子	11:30~12:00 健美躁30 大嶋洋子	11:00~11:15 お腹シェイプ15	11:00~11:30 クロール30
11:30~11:45			カラダ・つくる15	11:30~12:00 背泳ぎ30
12:00				
12:00~12:30	GroupPower30 梶田知幸			
12:50~13:20	RPBコントロール30 高橋幸恵	12:50~13:20 GroupCentergy30 吉川愛美		13:05~13:35 水中ウォーキング30 那智麻衣子
13:35~14:05				アクア30 那智麻衣子
14:00				
14:00~14:30	GroupFight30 宮本梨加	14:00~14:30 バランスコーディネーション30 石川泰子		
15:00				
15:00~15:30	ヨガ30 藤井由美	15:00~15:50 ジュニアクラシックバレエA 幼児 3歳~6歳		
16:00				
16:10~17:05	ジュニアチアリーディング 4歳~小2	16:00~16:50 ジュニアクラシックバレエB 幼児・小学生		15:00~18:00 ジュニアスイミングスクール
17:00				
17:15~18:15	ジュニアチアリーディング 小2~小5	17:00~18:20 ジュニアクラシックバレエC.D 小学生 8歳~12歳		
18:00				
18:45~19:15	BODY PUMP30 【映像プログラム】			
19:00				
20:00				

祝日営業のご案内

- 営業時間 10:00~20:00 (最終退館 20:00)
- プールエリアは19:30までご利用可能です。
- フロントによる各種お手続きは19:00までとなっております。
- フィットネス個人会員の皆様は契約に準じてご利用いただけます。
※60分会員は、1日1回最大60分の契約条件の通りご利用いただけます。
※月4回会員等の回数契約のある会員種別はご利用回数がカウントされます。
※法人都度会員は利用料が必要です。

マークの説明

- ……初心者お勧めプログラム
- ……定員制プログラム
【定員数】
第1スタジオ 25名
第2スタジオ 12名
ファンクショナルエリア 6名
- ¥ ……有料プログラム

スポーツクラブ ルネサンス 両国 TEL:03-5600-5400