

11月3日(火) 文化の日 営業スケジュール

	1スタジオ	2スタジオ	プール
10:00			
	定 10:20~10:50 ZUMBA(30min) 成岡はるみ	定 10:15~10:45 太極拳30 関真理子	定 10:25~10:55 ミットアクア30 角館沙矢佳
11:00		定 11:00~11:15 カラダごく15	¥ 11:00~12:00 成人スイミングスクール (中級・上級)
	定 11:20~11:50 ベーシックエアロ30 染谷成美	定 11:35~12:05 adidasGYM&RUN30 高山直子	
12:00			
	定 12:10~12:40 バレト30 Sacco	定 12:20~12:50 骨格リセットエクササイズ30 染谷成美	¥ 12:15~12:45 アクアパーソナル 角館沙矢佳
			¥ 12:15~12:45 アクアパーソナル 福永祐太
13:00			
	定 13:00~13:30 ヨガ30 増田伊津子	定 13:10~13:40 ベーシックエアロ30 佐藤文恵	定 13:15~13:45 ミラクルアクア30 加茂亜弓
14:00			
	定 13:45~14:15 ヨガ30 増田伊津子	定 13:55~14:25 バランスコーディネーション30 佐藤文恵	
			定 14:10~14:40 背泳ぎ30 市東はづき
15:00			
	定 14:40~15:10 レギュラーステップ30 原以子	定 14:40~15:10 バランスコーディネーション30 佐藤文恵	¥
16:00	定 15:45~16:15 Group Power30 松田祥太	¥	15:00~19:00 ジュニアスイミングスクール
17:00	定 16:45~17:25 エイジング美エクササイズ40 Meg	16:00~19:00 ジュニア体操教室	
18:00	定 17:40~18:10 Group Fight30 松田祥太		
	定 18:25~18:55 Group Fight30 松田祥太		
19:00			
20:00	太枠特別イベントの参加方法 ・当日、営業開始10時~11時フロントにて受付いたします。11時以降はジムカウンターにて受付いたします。 ※無くなり次第受付終了となります。 ・ご参加は お1人様1レッスン となります。 ※代理での受付はお断りしております。参加されるご本人様がお越しください。 ※受付時、お名前と会員番号をご提示いただけます。アプリのマイルネ、もしくは会員証をご用意ください。		

※30分前のチケット制では
ありません！
参加方法は下記の本枠を
ご確認ください。

- ...枠内に色がついているプログラムは初心者の方でも安心してご参加いただけます。
- 定 ...定員制プログラム
- ...特別イベントとなります。上部記載の詳細をご確認ください。

利用可能時間のご案内

- ・会員種別の時間内でご利用いただけます。
- ・法人1day会員・他クラブ会員・利用時間外の方は、別途利用料をいただきます。
- ※イベントレッスンご参加の方も会員種別により、時間外利用料をいただきます。



スポーツクラブ&スパ ルネサンス 稲毛24

TEL.043-255-1006

通常営業時間/10:00~20:00 (プールエリアのご利用は19:30までとなります)

24Hジム会員の方は20:00~利用可能です。