

# 2023年1月～3月 フィットネススクールタイムスケジュール

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア	ジムエリア
10:00						
11:00						<b>TRYnations</b> Team Training 10:30～11:30 LEVEL3 今川
12:00		<b>TRYnations</b> Team Training 11:20～12:20 LEVEL3 池田	<b>Fitness GATE</b> 11:00～11:45 コーチ		<b>Fitness GATE</b> 11:15～12:00 コーチ	<b>Fitness GATE</b> 11:45～12:30 コーチ
13:00			<b>Fitness GATE</b> 13:00～13:45 コーチ	<b>TRYnations</b> Team Training 12:40～13:40 LEVEL 3 立花	<b>TRYnations</b> Team Training 12:20～13:20 LEVEL3 久留島	
14:00						
15:00	<b>TRYnations</b> Team Training 14:15～15:15 LEVEL1 池田	<b>Fitness GATE</b> 14:15～15:00 コーチ	<b>TRYnations</b> Team Training 14:00～15:00 LEVEL4 今川		<b>TRYnations</b> Team Training 14:30～15:30 LEVEL1 渡辺	
16:00	<b>TRYnations</b> Team Training 15:30～16:30 LEVEL2 今川	<b>TRYnations</b> Team Training 15:10～16:10 LEVEL3 立花		<b>TRYnations</b> Team Training 16:00～17:00 LEVEL1 立花		<b>TRYnations</b> Team Training 15:30～16:30 LEVEL1 岸田
17:00	<b>Fitness GATE</b> 16:45～17:30 コーチ				<b>TRYnations</b> Team Training 17:00～18:00 LEVEL1 竹	
18:00		<b>Fitness GATE</b> 18:00～18:45 コーチ	<b>Fitness GATE</b> 17:55～18:40 コーチ	<b>Fitness GATE</b> 18:00～18:45 コーチ	<b>Fitness GATE</b> 18:15～19:00 コーチ	
19:00		<b>TRYnations</b> Team Training 19:00～20:00 LEVEL4 渡辺	<b>TRYnations</b> Team Training 18:55～19:55 LEVEL3 平野			
20:00						
21:00						
22:00	<b>TRYnations</b> Team Training 21:20～22:20 LEVEL1 中村		<b>Fitness GATE</b> 21:00～21:45 コーチ			
23:00						

◆ 営業時間 / 【火～金】10:00～23:00 【土】10:00～21:00

【日・祝】10:00～19:00

◆ 休館日 / 月曜日

◆ TEL / 095-840-9555

スポーツクラブ ルネサンス 長崎ココウォーク