

6月19日(金) 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	芝エリア	プール
10:00				
11:00	10:30～11:10 ビヨンドボディメイクヨガ 山口 陽子	10:30～11:15 Essential Pilates 横山 理恵子		
12:00	11:35～12:20 Group Centergy 横山 理恵子	11:35～12:15 アロマストレッチ 下谷 直美		登 11:00～11:45 【有料】ジュニアスクール
13:00	12:45～13:30 バランスコーディネーション 山本 純子	12:40～13:25 Group Power 高山 翔		
14:00	13:50～14:35 ヨガ 山本 純子			
15:00				
16:00		登		登
17:00		15:00～18:00 【有料】ジュニアスクール KIDS FIT	終日、フリーで ご利用いただけます。	15:00～20:00 【有料】ジュニアスクール —
18:00				※16:30～17:30は全コース スクールで使用する為、 利用不可となります。
19:00				
20:00	19:30～20:15 レギュラーエアロ 古市 昌代	19:30～20:15 Group Fight 内田 麗菜		20:10～20:50 アクアビクス 片山 亜樹
21:00	20:35～21:20 Group Centergy ジョイントレッスン 横山 理恵子&内田 麗菜	20:35～21:20 レギュラーステップ 古市 昌代		
22:00		21:40～22:25 ヨガ tomo		
23:00				

マークのご案内

…初めての方でも安心してご参加いただけます。

登 …登録制プログラム

スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス名古屋小幡24 TEL/052-758-6606

営業時間／9:00～23:00（プールエリアのご利用は11:00～22:30までとなります）

・スタジオレッスンのご予約は通常のスタジオレッスンと同じルールとなります。

※15日前のレッスン開始同時刻から順次予約可能