

3月20日(水) プログラムスケジュール

	スタジオ	芝エリア	プール
10:00			
10:15~11:00	Group Centergy 森田ちひろ		
11:00			
11:15~11:45	ベーシックエアロ 高橋伸		
12:00			11:30~12:30 成人スクール(上級)
12:00~12:45	レギュラーエアロ 高橋伸	12:00~13:00 body Remake	
13:00			
13:00~13:45	ヨガ 佐藤スミ恵		
14:00			
14:00~14:30	Group Power 塚本竜晟		
15:00			
14:45~15:15	Group Blast 永野 初音		
15:30~15:45	Group Fight クリニック	Group Fight クリニック より安全に、より効果的にエクササイズが行えるよう、パンチやキックなどのフォームの確認やプログラムの解説を行うクラスです。 ※2つでひとつのプログラムとなりますので、どちらか一つのご参加はできません。	
15:45~16:30	Group Fight Kami		
16:45~17:30	Group Centergy Kami		
17:00			15:00~18:30 ジュニアスクール
18:00			
19:00			

営業時間 10:00~19:00

※セミパーソナル実施によりプールコースを制限させていただく場合もございます。予めご了承ください。

※プールは18:30までご利用いただけます。

※担当インストラクターは急きょ変更になる場合がございます。予めご了承ください。

スポーツクラブ ルネサンス 竜ヶ崎ニュータウン