

2024年1月～3月 フィットネス スクール タイムスケジュール (有料)

	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	ジムエリア
10:00						
11:00	TRYnations 11:00～12:00 レベル1 高瀬	bodyREmake 10:30～11:30 関根	TRYnations 10:30～11:30 レベル4 関根	TRYnations 11:00～12:00 レベル1 平井		TRYnations 10:50～11:50 レベル2 高天
12:00		TRYnations 12:00～13:00 レベル2 高瀬	TRYnations 11:45～12:45 レベル2 高天		bodyREmake 12:00～13:00 木付	TRYnations 12:00～13:00 レベル3 高天
13:00			TRYnations 13:00～14:00 レベル1 高天			
14:00		TRYnations 13:30～14:30 レベル1 関根		bodyREmake 14:00～15:00 黒河内	TRYnations 14:00～15:00 レベル1 高瀬	
15:00						TRYnations 14:45～15:45 レベル2 孫
16:00					TRYnations 15:30～16:30 レベル2 根本	
17:00						bodyREmake 16:45～17:45 孫
18:00						
19:00	TRYnations 18:30～19:30 レベル2 高天	bodyREmake 18:30～19:30 山本	TRYnations 18:30～19:30 レベル2 根本			
20:00	TRYnations 20:00～21:00 レベル1 根本	TRYnations 20:00～21:00 レベル1 山本	TRYnations 20:00～21:00 レベル2 根本	TRYnations 20:00～21:00 レベル3 佐藤		
21:00						
22:00						
23:00						

スポーツクラブ ルネサンス 光が丘

◆営業時間／【火～金】10:00～22:00 【土】9:00～22:00 【日・祝】9:00～19:00
◆休館日／月曜日 ◆TEL／03-5372-4400