

2024年10月～12月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	土曜日	日曜日
10:00	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
11:00			bodyREmake Group Training 10:30～11:30 星野 幸恵			TRYnations Team Training 11:00～12:00 LEVEL 1 高橋 凌平
12:00	bodyREmake Group Training 12:10～13:10 星野 幸恵	TRYnations Team Training 12:30～13:30 LEVEL 2 岡田 絵理子		TRYnations Team Training 13:00～14:00 LEVEL 3 高橋 凌平		TRYnations Team Training 12:15～13:15 LEVEL 2 高橋 凌平
13:00						
14:00	TRYnations Team Training 14:00～15:00 LEVEL 2 大川 紘輝		TRYnations Team Training 14:00～15:00 LEVEL 2 鈴木 奈美	TRYnations Team Training 14:15～15:15 LEVEL 1 大川 紘輝		
15:00	bodyREmake Group Training 15:15～16:15 藤野 雅子					TRYnations Team Training 15:10～16:10 LEVEL 4 大川 紘輝
16:00						
17:00						
18:00						
19:00				TRYnations Team Training 18:45～19:45 LEVEL 4 岡田 絵理子		
20:00	TRYnations Team Training 19:10～20:10 LEVEL 2 大川 紘輝	TRYnations Team Training 19:45～20:45 LEVEL 3 岡田 絵理子	bodyREmake Group Training 19:15～20:15 小西 康志			
21:00	TRYnations Team Training 20:30～21:30 LEVEL 1 高橋 凌平		TRYnations Team Training 20:30～21:30 LEVEL 1 小西 康志	TRYnations Team Training 20:30～21:30 LEVEL 2 高橋 凌平		
22:00		TRYnations Team Training 21:30～22:30 LEVEL 2 笠井 雄基				
23:00						

スポーツクラブ ルネサンス 長岡24

◆営業時間/【月～木】10:00～24:00 【土】10:00～21:00 【日】10:00～19:00
◆休館日/金曜日 ◆TEL/0258-29-5529