10月12日(月)特別スケジュール

営業時間/9:00～20:00（プールエリアのご利用は19:30、最終退館時間は20:00までとなります）

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
9:00			
10:00		10:10～10:40 イージーエアロ　北山	¥ 10:10～11:00 親子ベビースクール
11:00	10:30～11:15 レギュラーエアロ　松尾	10:55～11:25 青竹ビクス®　北山	11:10～11:40 アクア30　竹野内
12:00	11:30～12:15 GroupCentergy 多久和	11:40～12:10 温アロマヒーリングヨガ　北山	11:50～12:20 クロール　松尾
13:00	イベントプログラム 12:45～13:30 GroupFight 二宮×山本	12:25～12:40　お腹シェイプ 多久和 12:55～13:15　リセットポール　多久和 ¥ 13:30～14:30 フィットネススクールLEVEL2 /ボディリメイク	13:00～13:40 アクア　中井
14:00	14:10～14:40 イージーステップ瀬尾		
15:00	14:55～15:25 バランスコーディネーション　瀬尾	イベントプログラム 15:00～15:45 スタッフによるガチンコ対決 ※詳細は掲示物をご覧ください。	
16:00	15:55～16:35 ボディメイクヨガ 渡邊		¥
17:00	16:50～17:20 【映像】GroupCentergy		
18:00	17:40～18:10 【映像】GroupFight	17:30～18:15 温パワーヨガ 渡邊	ジュニアスイミングスクール 16:00～19:30
19:00	18:30～19:00 【映像】GroupGroove	¥ 18:30～19:30 ピラティススクール 渡邊	
20:00			

フリー遊泳・歩行できます。

・・・枠内に色がついているプログラムは
初心者の方でも安心してご参加いただけます。

be ・・・ビヨンドプログラム

¥ ・・・有料プログラム

～ジムエリアのスタッフサポート時間・セルフ利用時時間について～

セルフ時間:9:00～11:30/18:30～20:00
サポート時間:11:30～18:30

スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス広島緑井　TEL/082-831-2820