

2023年7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						
11:00	TRYnations Team Training 11:10~12:10 LEVEL2 FTA 担当：大江				TRYnations Team Training 11:10~12:10 LEVEL 2 FTA 担当：吉野	
12:00	TRYnations Team Training 12:20~13:20 LEVEL3 スタジオ 担当：宇土	TRYnations Team Training 12:00~13:00 LEVEL 1 FTA 担当：白石		TRYnations Team Training 12:45~13:45 LEVEL3 FTA 担当：村井	TRYnations Team Training 12:30~13:30 LEVEL 1 FTA 担当：コーチ	TRYnations Team Training 12:45~13:45 LEVEL2 スタジオ 担当：コーチ
13:00	TRYnations Team Training 13:40~14:40 LEVEL4 FTA 担当：宇土	TRYnations Team Training 13:15~14:15 LEVEL2 FTA 担当：村井				
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						TRYnations Team Training 16:30~17:30 LEVEL2 スタジオ 担当：中尾
18:00				TRYnations Team Training 18:00~19:00 LEVEL2 スタジオ 担当：大江	TRYnations Team Training 18:00~19:00 LEVEL3 スタジオ 担当：宇土	
19:00	TRYnations Team Training 19:15~20:15 LEVEL 1 FTA 担当：白石	TRYnations Team Training 20:00~21:00 LEVEL 1 FTA 担当：コーチ	TRYnations Team Training 19:15~20:30 LEVEL3 FTA 担当：村井	TRYnations Team Training 19:15~20:15 LEVEL 1 FTA 担当：中尾		
20:00			TRYnations Team Training 20:30~21:30 LEVEL2 FTA 担当：大江	TRYnations Team Training 20:30~21:30 LEVEL4 FTA 担当：宇土		
21:00						
22:00						
23:00						

【定員】
FTA・・・8名
スタジオ・・・10名

【お知らせ】
・担当コーチは急遽変更になる場合がございます。
・筋トレの正しいやり方や基礎を学びたい方向けのクラスです。
・欠席・振替に関しましてはMyルネサンス内、マイページよりご登録ください。
お電話での受付は行っておりませんのでご注意ください。

マイページQRコード▶ 