

この日は…

2025年2月11日 (火)

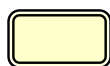
「建国記念の日」 祝日営業 プログラムタイムスケジュール

	第1スタジオ	第2スタジオ	プール
10:00	9:45~10:25 ベーシックエアロ 松野朱美	9:55~10:35 温アロマヒーリングヨガ 佐座清子	
11:00	10:45~11:30 GroupCentergy 辻美沙	10:50~11:30 骨格リセットエクササイズ 松野朱美	11:00~12:00 成人スイミング スクール (上級)
12:00	11:50~12:35 ヨガ なかがわまさこ	11:50~12:30 ベーシックステップ 松野朱美	
13:00	12:55~13:40 GroupPower 椋本康嗣		
14:00	14:00~14:30 GroupFight 椋本康嗣	13:35~14:20 バレトンソールシンセシス 中山克江	
15:00	14:45~15:25 レギュラーエアロ 迎智子	14:35~15:05【映像プログラム】 GroupGroove	
16:00	15:45~16:30 ピラティス 迎智子	15:15~15:30【映像プログラム】お腹シェイプ	
17:00		15:40~16:10【映像プログラム】 はじめてジャズダンス	15:00~18:30 ジュニアスイミング スクール
18:00		16:20~16:50【映像プログラム】 腰痛予防ストレッチ	
19:00		17:00~17:30【映像プログラム】 ヨガ	
		17:40~18:25【映像プログラム】 GroupFight	

※担当インストラクターは、変更になる場合がございます。予め御了承ください。



…初心者プログラム



…映像プログラム



…有料スクール

※祝日営業となります。会員種別によってはご利用いただけません。
会員種別のご確認はフロントまでお願い致します。

スポーツクラブネサンス佐世保

TEL 0956-25-4711

営業時間 / 9:30~19:00 (プールエリアのご利用は18:30までとなります)