

9月6日（金）プログラムタイムスケジュール

	スタジオ	ファンクショナルエリア	プール
9:00	映 肩こりほぐしヨガ30 9:15~9:45		
10:00	Group Cntegy60 藤原 10:05~11:05		
11:00	adidas GYM&RUN15 上瀬 11:25~11:40		
12:00	映 BODYCOMBAT30 11:50~12:20		
13:00	映 SHBAM30		
	腰痛予防ストレッチ30 藤原 13:15~13:45		
14:00	イベントプログラム DISCO WORLD60 IZUMI 14:00~15:00		
15:00	映 BODYPUMP30 15:15~15:45	皆様お待たせしました！ GWに引き続き、大好評だった IZUMIインストラクターによるDISCO WORLD！！ また、普段はないクラスです！！	スイミングスクール 15:15~21:15 「15:15~19:15」 スクールの為、利用不可 「19:15~21:15」 2コースご利用可能
16:00	映 BARRE30 16:00~16:30		
17:00	キッズスクール ジュニアダンス 17:00~19:00		
18:00			
19:00	映 BODYBLANCE30 19:20~19:50		
20:00	イベントプログラム 【暗闇】HEAT-HIIT15 20:10~20:25		
21:00	映 BODYCOMBAT30 20:35~21:05		
22:00	Group Fight60 田中 21:20~22:20		
23:00			

※プールプログラム・スクール実施時には、自由遊泳・歩行コースを2~4コースに制限させていただきます。
 ※プールプログラム・スクール開始10分前より準備の為、コースを制限させていただいております。
 ※担当インストラクターは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

モバイルからも
情報GET!



■ ... 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 定 ... 定員制プログラム

¥ ... 有料プログラム 映 ... 映像プログラム

時間外利用:1,620円(税込)

スポーツクラブ ルネサンス 東広島

営業時間 / 9:00~23:00 ※会員種別に準じたご利用となります。
 (プールエリアのご利用は22:30まで、ジムエリアのご利用は23:00までとなります)