

# 2023年07月～09月 フィットネススクールタイムスケジュール(有料)

	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	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
10:00						
11:00	bodyREmake 10:20～11:20 梶山		bodyREmake 10:20～11:20 梅村	bodyREmake 10:20～11:20 井上		
12:00	TRYnations 12:00～13:00 LEVEL3 井上	TRYnations 11:20～12:20 LEVEL2 我妻			TRYnations 12:20～13:20 LEVEL3 梅村	TRYnations 11:00～12:00 LEVEL2 三原
13:00						TRYnations 12:15～13:15 LEVEL3 井上
14:00	TRYnations 14:00～15:00 LEVEL2 小幡	TRYnations 14:00～15:00 LEVEL1 梶山	TRYnations 14:00～15:00 LEVEL1 梶山	TRYnations 14:00～15:00 LEVEL2 小幡		TRYnations 13:30～14:30 LEVEL1 井上
15:00					TRYnations 14:40～15:40 LEVEL1 増成	
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00	TRYnations 19:40～20:40 LEVEL3 三原	TRYnations 19:40～20:40 LEVEL2 桜井	TRYnations 19:40～20:40 LEVEL1 増成	TRYnations 19:40～20:40 LEVEL1 久手堅		
21:00	TRYnations 21:00～22:00 LEVEL2 佐藤	TRYnations 21:00～22:00 LEVEL1 松本				
22:00						
23:00	定員 : body REmake / TRYnations LEVEL1・LEVEL2・LEVEL3 ⇒ 8名					

スポーツクラブ Lite! ルネサンス横浜24

◆営業時間/[火～金]10:00～23:00 [土]10:00～21:00 [日]10:00～19:00  
◆休館日/月曜日 ◆TEL/045-316-8622