

2026年3月20日(金・祝) 春分の日スケジュール

※スケジュールは変更となる場合がございます。変更内容は館内掲示、または、WEBをご確認ください。

3/20 金曜日		
Aスタジオ	プール	オープンスタジオ
9:00		
		¥ バレエスクール 9:30~11:00 藤山 カリナ
10:00		
リラクソヨガ 10:00~10:45 井上 明美		
	ベビースイミング 10:30~11:20	
11:00		
ボディリセット 11:00~11:45 井上 明美		¥ バレエピラティス 11:15~12:15 藤山 カリナ
12:00		
レギュラーステップ 12:00~12:45 hiro	アクア 12:15~13:00 井上 明美	
13:00		
ピラティス 13:05~13:35 末藤 潤子		¥ オリジナルエアロ 13:00~14:00 hiro
14:00		
ベーシックエアロ 13:50~14:20 末藤 潤子		
15:00		
ストレッチ 14:35~15:05 青山 美加		
16:00		
¥ BODYATTACK 15:30~16:30 角田貴久×米田茉那美 ※詳細は別途POPをご確認ください	キッズスイミング 16:00~17:00	¥ バレエ 15:20~16:50 青山 美加
17:00		
¥ BODYCOMBAT 16:50~17:50 角田貴久×細田恭平×米田茉那美 ※詳細は別途POPをご確認ください	キッズスイミング 17:15~18:15	
18:00		
¥ RITMOS EVENT 18:15~19:15 Naomi ※詳細は別途POPをご確認ください		
19:00		
20:00		
21:00		

●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。

¥ ...有料プログラム

【利用可能時間のご案内】

- プールエリアは、19:30までご利用いただけます。
- ジムエリアのご利用と営業終了時刻は20:00までとなります。

スポーツクラブ ルネサンス あべの24

☎06-6641-6109