

# 2026年5月3日(日・祝) 憲法記念日スケジュール

※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。

5月3日(日・祝)			
Aスタジオ	プール	オープンスタジオ	
9:00		9:00	
	ジュニアスイミングスクール 8:30~12:30  9:00~9:30 成人用1コース 9:30~10:30 成人用2コース 10:30~11:30 成人用2コース 11:30~12:30 成人用2コース		
10:00		¥	
10:00~10:45 リラックスヨガ Minami		クラシックパリエーション 10:00~11:30 中間 遅	
11:00~11:30 ベーシックエアロ 中西 亜希子			
11:45~12:30 RITMOS 中西 亜希子			
12:00		12:00	
12:50~13:35 フローヨガ 中西 亜希子		13:00	
13:30			
13:30~14:20 ベビースイミング 成人用2コース		14:00	
14:00~14:30 Group Fight 清水 洸			
14:45~15:30 ZUMBA 城 朱美		15:00	
15:00~15:45 アクア 楢原 一美			
15:50~16:35 HIPHOP 城 朱美		16:00	
16:55~17:40 Group Power 手島 佑貴		17:00	
18:00~19:00 Group Fight Kazu ※詳細は別途POPをご確認ください。		18:00	
19:00		19:00	
20:00		20:00	

...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