

2026年5月4日(月・祝) みどりの日タイムスケジュール

※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4日(月・祝)		
Aスタジオ	プール	オープンスタジオ
9:00		
9:30~10:15 ピラティス 松山 泰子		
10:30~11:15 ZUMBA 松山 泰子		
11:30~12:00 ベーシックエアロ 中西 亜希子		
	11:50~12:20 アクア 金井 道代	
12:15~13:00 ピラティス 中西 亜希子	12:30~13:00 アクア 金井 道代	¥ フリースタイルダンススクール 12:15~13:00 巽 さやか
13:15~14:00 Group Centergy 巽 さやか		
14:15~15:00 フラダンス 澤谷 聖子		
15:15~16:00 Essential Pilates Minami		
¥ RITMOS 16:15~17:15 中西 亜希子 ※詳細は別途POPをご確認ください。		
18:00		
19:00		
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