

5月3日（日）祝日プログラムタイムスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	プール
9:00			8:30~9:30 ジュニアスイミングスクール
10:00	定 10:15 ~ 11:00 ベーシックエアロ 武市 夏織		9:40~10:40 ジュニアスイミングスクール
11:00	定 11:15 ~ 12:15 Group Groove 宮本 真帆		10:40~11:40 ジュニアスイミングスクール
12:00	定 12:30 ~ 13:30 Group Power 西田 香&森永 隼斗		
13:00	定 13:45 ~ 14:45 エアロ 西田 香	定 13:40 ~ 14:25 エッセンシャルピラティス 森永 隼斗	
14:00	定 15:00 ~ 15:30 UBOUND 宮城 徳摩		
15:00	定 15:45 ~ 16:30 Group Centergy 弓場 美恵子		
16:00			
17:00			
18:00			

※担当インストラクターは変更になる場合がございます。

	…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。
	…定員制プログラム
	…有料プログラム

スポーツクラブ&サウナルネサンス 狭山24 072-365-8000
 <有人営業時間> 9:30~19:00 <無人営業時間> 19:00~9:30
 (ロッカー・お風呂9:30~19:00 プールエリア9:30~18:30まで)