

スポーツクラブ&スパ ルネサンス 相模原		9月21日(月) 祝日スケジュール			
10:00	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	10:00
10:30					10:30
11:00	ZUMBA 10:30~11:15 熊倉 香織	リラックスヨガ 10:30~11:15 Mari			11:00
			【女性限定】 ビューティモヨガ 11:10~12:10 齊藤 佳奈子	成人スイミング 初級 11:00~12:00 横川 美代子	11:30
11:30					
12:00	ヨガ 11:35~12:05 Mari	UBOUND 11:35~12:05 落合 棕			12:00
12:30	Group Power 12:25~12:55 落合 棕			水中ウォーキング 12:30~13:00 関口 潤	12:30
13:00			【女性限定】 ベーシックヨガ 12:45~13:30 齊藤 佳奈子		
13:30	Group Fight 13:15~13:45 落合 棕	フローヨガ 13:05~13:50 米田 由紀子			アクア 13:15~13:45 関口 潤
14:00					14:00
14:30	ベーシックエアロ 14:10~14:55 清宮 佐和子	ヨガ 14:10~14:55 齊藤 佳奈子	【女性限定】 リラックスヨガ 14:15~15:15 米田 由紀子		14:30
					15:00
15:30		TRYnation Team Training 15:15~16:15 東江 尚磨			15:30
16:00	Group Power 15:30~16:15 瀧本 修平		【女性限定】 Stone SPA Time 15:40~16:40		
					16:30
17:00	Group Fight 16:45~17:30 瀧本 修平				17:00
17:30					17:30
18:00					18:00
18:30					18:30
19:00					19:00
19:30					19:30
20:00					20:00
20:30					20:30
21:00					21:00
21:30					21:30
22:00					22:00
22:30					22:30
23:00					
	Studio Basic	Studio Extra	HOT Studio	プール	23:00