

9月22日(火・祝)プログラムタイムスケジュール

	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	プール
9:00				
10:00	9:30~10:15 ベーシックエアロ 中野渡 快人	9:50~10:20 ボディリセット 高橋 美穂		
11:00	10:50~11:20 ボディリセット 高橋 美穂	10:40~11:20 チャレンジステップ 小東 勇太		10:30~11:15 アクア 中野渡 快人
12:00	11:55~12:40 ZUNMBA Asaha	11:45~12:30 チャレンジエアロ 小東 勇太		
13:00	14:45~15:30 Group Centergy 堀籠 愛美	12:50~13:20 レギュラーステップ 小東 勇太		
14:00	14:05~14:50 RITOMOS 右田 かおり	14:00~14:45 ヨガ MARI		
15:00	15:15~16:00 Group Blast 中井 航	15:05~15:50 Essential Pilates MARI		
16:00	16:15~17:00 Group Fight 中井 航	登 16:30~17:30 HIPHOP R&B Angelo		
17:00				
18:00			登 18:15~19:15 TRYnations Lv.1	
19:00				
20:00				

※プールプログラム・スクール実施時には、ご利用可能コースが変更となる場合がございます。詳しくはスタッフにお尋ねください。
※担当インストラクターは変更になる場合がございます。予めご了承ください。

 ...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。

 登 ...登録制プログラム(フロントでのお手続きが必要です。)

 円 ...有料プログラム(別途参加料などが必要なプログラムです。)

スポーツクラブ ルネサンス戸塚 TEL.045-869-1090

営業時間/9:00~20:00