

横須賀クラブ 特別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。

9/21 月曜日				
	スタジオ1	スタジオ2	プール	フリースペース
10:00				
11:00	10:15～11:00 リラックスヨガ 吉田 美奈子		¥ 10:30～11:30 成人スクール 小林 雅代 大串 玲	
12:00	11:20～12:05 ZUMBA メンリー陽子	11:05～11:20 リセットボール		
13:00	12:25～13:10 Group Blast ～バックナンバー～ 鈴木 里佳	11:40～12:25 Essential Pilates 田澤 瞳	11:45～12:15 平泳ぎベーシック 大串 玲	
14:00	13:30～14:15 Group Power ～バックナンバー～ 松長 正樹	12:45～13:30 バレエ 杉浦 大樹	12:35～13:05 水中ウォーキング 大串 玲	¥ 13:00～14:00 TRYnations Team Training
15:00	14:35～15:05 レギュラーエアロ AKKO		13:20～13:50 アクア 大串 玲	
16:00	15:25～16:10 骨盤スリム 河瀬 和美	13:55～14:40 バレエ 杉浦 大樹		
17:00				
18:00				
19:00				
20:00				

※全てのプログラムが定員制および予約制となっております。
※レッスン開始15分前に空き枠があれば、当日ご参加いただけます。

- ・・・黄色のプログラムは、初心者の方でも安心してご参加いただけます。
- ¥

・・・有料スクール

スポーツクラブ ルネサンス 横須賀24

◆営業時間／【月～金】 9:00～23:00 【土】10:00～22:00 【日】10:00～20:00

◆休館日／水曜日

◆TEL／046-820-0109