

2026年9月21日～9月23日 シルバーウィーク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。

…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。

9/21 月曜日				9/22 火曜日				9/23 水曜日			
スタジオ	バイクスタジオ	HOT女性専用	25Mプール	スタジオ	バイクスタジオ	HOT女性専用	25Mプール	スタジオ	バイクスタジオ	HOT女性専用	25Mプール
10:30～11:15 リラックスヨガ 桜井 美恵				10:30～11:15 フラダンス 田村 美紀		¥ 10:30～11:15 HOT骨盤スリム 岡田 千津留		10:30～11:15 KaQila 井上 千枝		¥ 10:30～11:30 HOTヨガ MIDORI	
11:40～12:10 ベージュエアロ 吉村 有理菜		¥ 11:35～12:35 HOT骨盤3ガ 桜井 美恵			11:25～11:55 RPM 松本 由佳		11:00～11:50 ジュニアスイミング	11:30～12:00 ベージュエアロ 井上 千枝		¥ 11:45～12:45 HOTヨガ MIDORI	
12:30～13:15 ピラティス 吉村 有理菜	12:30～13:00 RPM 松本 由佳			11:45～12:30 骨盤スリム 岡田 千津留				12:30～13:00 Group Power 佐藤 匠貴			12:20～13:05 アクア YASUYO
13:35～14:05 Group Centergy 松本 由佳			13:25～13:55 プールビギナー 川村 利恵	12:50～13:35 ZUMBA 久保田 純子		¥ 12:40～13:25 HOTリラックスヨガ 矢野 めぐみ	13:00～13:45 アクア 百瀬 佳美	13:35～14:05 ピラティス YASUYO	13:30～14:00 RPM 千葉深雪		13:25～13:55 プールビギナー 山川 尋子
14:25～15:10 Group Power 多胡 太陽			¥ 14:00～15:00 初級スイミング 川村 利恵	13:55～14:40 Group Centergy 松本 由佳			¥ 14:00～15:00 初級スイミング 山川 尋子				¥ 14:00～15:00 初級スイミング 山川 尋子
			15:10～18:45 ジュニアスイミング				15:10～18:45 ジュニアスイミング	14:25～15:10 ZUMBA 藤川 陽子			15:10～18:45 ジュニアスイミング
16:35～17:35 ジュニア空手 (年中～小1)				15:30～16:15 運動神経向上スクール (年少～年長)							
17:45～18:45 ジュニア空手 (小2～小6)				16:40～17:25 運動神経向上スクール (小1～小3)							
				17:45～18:30 運動神経向上スクール (小4～小6)							
祝日営業の為、通常営業時間は 10:00～20:00 になります。				祝日営業の為、通常営業時間は 10:00～20:00 になります。				祝日営業の為、通常営業時間は 10:00～20:00 になります。			

スポーツクラブ ルネサンス 習志野24

短縮営業（祝日など）が3日以上連続する緩和措置として、9月21日(月)・22日(火)・23日(水)は、
契約外利用料 通常1,650円(税込/回)を550円（税込/回）に割引いたします。※登録クラブ以外をご利用の場合（通常料金）はホームページをご確認ください。